SIMONA SPIRIDON

EDUCAȚIA PRIN IUBIRE

Studiu de caz pe un program de educație parentală

ARIONDA
Galați

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

SPIRIDON, SIMONA
Educația prin iubire / Simona Spiridon. - Galați :
Arionda, 2009
Index
ISBN 978-973-8349-42-1

159.9

Referent ştiințific: Profesor Psiholog Diamanta Bulai,
Director, Centrul Județean de Resurse şi Asistență Educațională,
Galați

Editura ARIONDA, Galați
E-mail: editor_galati@yahoo.com

CUPRINS

Părinților mei, cu dragoste.

Cuvânt înainte

De ce este nevoie de educație parentală? Nu învățam pur şi simplu să fim părinți şi o facem bine, aşa cum au făcut-o mulți alții înaintea noastră?!

Poate că mulți învață din mers şi e bine aşa, însă realitatea ne arată că şcolile sunt pline de cazuri de violentă, părinții se plîng că nu se mai înțeleg cu copiii, auzim de cazuri de sinucidere la copiii rămaşi singuri ai căror părinții au plecat pe alte meleaguri să le asigure o viață mai bună. De câte cazuri de sinucidere la copii se auzea acum 20-30 de ani?

Au trecut vremurile când familia ca întreg, ca sistem funcționa după reguli clare, imuabile, necontestate de nimeni, când copiii şi părinții îşi aveau locul şi rolul lor clar stabilit în cadrul familiei. Astăzi străbunicii sau bunicii nu mai stau lîngă noi să ne arate cum să ne creştem copiii, valorile de atunci nu mai sunt valabile acum, copiii au acces la mult mai multe provocări decît aveam noi acum 20-30 de ani şi cu siguranță mult mai multe decît aveau părinții noştri acum 50.

Pe scurt, societatea s-a schimbat aducând noi provocări familiei şi realitatea ne arată că mulți părinți, multe familii au uneori

mare nevoie de ajutor pentru a face față dificultăților inerente care apar în deloc uşoara ”meserie” de părinte.

Acest ajutor poate veni sub forma educației parentale: cursuri, întâlniri în care părinții să cunoască mai multe despre dezvoltarea copilului, despre nevoile şi caracteristicile psiho-fiziologice diferite în funcție de vârstă copiiilor lor, întâlniri la care să aibă şi posibilitatea să-şi împărtăşească într-un climat cald, securizant propriile probleme cu care se confruntă ca şi părinte.

Pionierat în domeniul educației parentale în România a făcut Fundația Holt prin programele “Cum să devenim părinți mai buni” destinate în principal părinților ce adoptă copii din centre de plasament dar nu numai. Acum educația parentală a devenit o prioritate a psihologilor şcolari şi consilierilor educativi. Prin intermediul programelor de educație parentală din şcoli părinții s-ar putea implica mai mult în viața şcolii iar cadrele didactice ar afla mai multe despre dificultățile cu care se confruntă mulți dintre aceştia, s-ar crea un canal de comunicare permanent şcoală-părinți.

Cartea de față se adreseaza în primul rând psihologilor şi consilierilor şcolari, tuturor celor implicați în programe de consiliere a părinților oferindu-le un studiu de caz pe un program bazat pe seminariile unor psihoterapeuți americani cu o vastă experiența în consilierea familială. Cartea este utilă şi părinților, tuturor celor care

vor să cunoască mai multe despre modalitați concrete de organizare a consilierii de grup.

Cartea “Educația prin iubire “ prezintă un program de educație parentală în 11 şedințe desfăşurat în anul 2007 în cadrul Fundației diecezane Caritas destinat în principal părinților din medii defavorizate socio-economic provenind din familii în cadrul cărora se înregistra o incidență crescută a cazurilor de violență familială, alcoolism, abuz fizic şi emoțional etc.

Programul are la bază cartea “ Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor “ lui Gary Chapman şi Ross Campbell, psihologi americani specializați pe consiliere familială, susținători a numeroase cursuri şi seminarii pe tema relațiilor părinți-copii.
Programul respectiv este aplicabil cu succes în şcoli, putînd fi adaptat în funcție de specificul grupului de părinți.

Folosesc acest prilej pentru le mulțumi celor care m-au ajutat în demersul meu : Pr.Egidiu Condac, Dianei Tamaş, Claudiei Sociu şi celorlalți colaboratori ai mei de la Fundația diocezană Caritas şi tuturor părinților participanți pentru implicarea şi pentru lecțiile de viață pe care mi le-au oferit.

Ca întotdeauna, fiecare întîlnire semnificativă, prin oamenii pe care îi întîlneşti îți oferă şansa unei lecții de viață, şansa la dezvoltare spirituală.

La final, le mulțumesc în primul rînd părinților mei cărora le dedic această carte, pentru iubirea pe care mi-au arătat-o şi pe care mi-o arată zi de zi. Lor le datorez totul.

CAP I . Familia în tranziție de la tradițional la modern. Violența familală - o tară a tranziției in familia română

1.1 Familia: Rol, funcții, tipuri

Oricît de clişeistic ar suna, familia reprezintă "celula de bază “ a societății. Din perspectivă sociologică, familia este instituția fundamentală în toate societățile. Familia reprezintă, în orice societate, o formă de comunitate umană alcătuită din cel puțin doi indivizi, uniți prin legături de căsătorie şi/sau paterne, realizînd mai mult sau mai puțin o funcție biologică şi/sau psihosocială. (Iolanda Mitrofan, Cristian Ciupercă 1998)

Pornind de la această definiție avem mai multe tipuri de familii, din care vom aminti doar tipologiile esențiale:

Familia de origine (consagvina) reprezintă familia în care individul să naşte şi creşte, în timp ce familia de procreare (conjugală) reprezintă familia constituita după căsătorie.

După gradul de cuprindere a grupului familial, familia este nucleară, constituită din cei doi soți şi copiii acestora şi cea extinsă (cuprinde şi celalte rude pînă la gradul doi, trei, patru etc).

După structură şi modul de exercitare a autorității avem familii matriarhale, patriarhale sau egalitare, funcție de persoana care exercită autoritatea în rîndul familiei: femeia cea mai în vârstă în

cazul familiei matriarhale, bărbatul cel mai în vârstă sau soțul în cea patriarhală şi ambii parteneri în egalitară.

În general familia ca grup primar de indivizi a îndeplinit următoarele funcții:

- Funcția economică care urmăreşte asigurarea condițiilor materiale şi a supraviețuirii membrilor grupului familial se manifestă în general prin trei componente/dimensiuni:
  - componenta ocupaționala/profesională: fiecare membru al familiei, inclusiv copiii în familia tradițională, au o ocupație aducătoare de venituri. În familia tradițională ocupațiile se transmiteau de la părinți la copii;
  - componenta productivă: ocupațiile membrilor familiei erau orientate spre producerea de bunuri şi servicii necesare acoperirii nevoilor familiei;
  - componenta financiară-care presupune administrarea bugetului de venituri şi cheltuieli şi care revenea de multe ori, mai ales în familia tradițională, soției.
- Funcția socializatoare care presupune transmiterea/ asimilarea unor atitudini, valori şi modele de comportament de la un grup la altul, de la grup la indivizi. În cadrul acestei funcții de socializare intră şi educația copiilor cu scopul formării adaptării şi integrării sociale a acestora.

- Funcția de solidaritate prin care se asigură unitatea, intimitatea, suportul şi siguranța afectivă membrilor grupului familial. Prin această funcție se urmăreşte protecția în fața influențelor disturbatoare ale mediului.
- Funcția sexuală şi reproductivă, care urmăreşte în principal reproducerea, în vederea perpetuării genelor familale. Accentul pe reproducere sau pe sexualitate diferă în familia modernă de cea tradițională.

1.2 Familia de la tradițional la modern

În cadrul familiei tradiționale rolurile şi status-urile erau clar definite. La baza acestei structuri destul de rigide se află autoritatea, care aparține bărbatului. Bărbatul este activ, dominator, orientat spre exterior în timp ce femeia este pasivă, supusă, orientată spre interior, familie şi menținerea coeziunii ei.

Familia tradițională consacra superioritatea părinților asupra copiilor, a vîrstnicilor asupra tinerilor, a bărbaților asupra femeilor, a fraților mai mari asupra celor mai mici. Valorile şi structura familiei tradiționale erau considerate imuabile, nimeni nu le punea în discuție şi le accepta ca pe ceva subînțeles ceea ce făcea tranziția de la o generație la alta mult mai uşoară. Cine se opunea acestei ierarhii era condamnat atât în propria familie cît şi în

comunitate, ceea ce făcea abaterile mult mai rare şi mai puțin probabile.

Funcțiile familiei sunt cele mai vizibile în familia de tip tradițional. Valorile comunității, grupului aveau întîietate intodeauna în fața valorilor individuale fără a intra în conflict cu acestea. Structura, ierarhia, modul de relaționare şi comportamentul se transmiteau de la generație la alta în mod firesc şi general acceptat.

Sub presiunea unor factori sociali care s-au manifestat cu diverse decalaje temporare aproape pe întreg globul: revoluția industrială, urbanizarea şi industrializarea excesiva a avut loc şi o schimbare la nivelul structurii şi valorilor familiale.S-a trecut treptat de la modelul tradițional al familiei ce cuprindea 2-3 generații de copii facilitind transmiterea culturală de la o generație la alta la familia modernă de tip nuclear din care fac parte doar cei doi soți şi copiii lor.

Intrarea femeilor în câmpul producției industriale a însemnat schimbarea şi a rolului şi a statusului femei în cadrul familiei. Femeia a renunțat la rolul pasiv, submisiv şi a intrat în competiție cu bărbatul, familia ajungînd de multe ori un câmp de luptă pentru putere între cei doi.

De la valorile preponderent comunitare: Autoritate, Conformism s-a trecut treptat la valori preponderent individuale: Competiție, Performanță, Nonconformism.

Aşa cum sugerează Mitrofan şi Ciupercă *(Mitrofan I., Ciupercă C, 1998),* modernitatea a provocat o redimensionare a funcțiilor familiei după următorul tipar: creşterea importanței funcției economice şi a celei afectiv sexuale (în dauna componentei reproductive), concomitent cu scăderea importanței funcțiilor de socializare şi de solidaritate pe fondul schimbării rolului femeii în familie şi a preluării unor atribuții specifice ei de către societate (prin şcoală, grădiniță etc).

Relativizarea modelelor culturale a dat naştere la o varietate de tipuri familiale: celibatul, cuplul fără descedenti, concubinajul, familia mono-parentala, căsătoria deschisă, famila reconstituită, familia reorganizată.

Din acestea totuşi nici una nu îndeplineşte funcțiile atribuite în mod clasic familei tradiționale, fiecare configurație tinzînd să maximalizeze unele funcții (celibatul - funcția economică), să minimalizeze altele, sau chiar să le ignore (cuplurile fără descedenti-funcția reproducătoare, familia monoparentală-funcția sexuală etc).

1.3 Familia disfuncțională

Familia funcțională este bazată pe independența deplină a soților şi pe diferențierea reală, conştientizată şi acceptată de către membrii grupului domestic. (V. Miftode, 2003).

Disfuncționalitatea familiei are adesea, aşa cum afirmă Ciupercă şi Mitrofan, drept cauză o defectuoasă structurare şi exercitare a rolurilor conjugale. Conform unui studiu realizat între anii 1977 - 1986 de către Mitrofan (Mitrofan, Ciupercă 1998) s-au identificat două categorii principale de disfuncții:

- Disfuncții globale ale structurii de rol familial - semnificînd o perturbare globală a modului de asumare şi exercitare a sarcinilor de rol marital la ambii parteneri evidențiată în ponderi diferite la nivelul diferitelor conduite de rol (sexual afectiv şi procreativ, socio-profesional etc).
- Disfuncții specifice al rolului marital acoperind gama de disfuncții afectiv sexuale şi procreative.- disfuncții ale comportamentului sexual (frigiditate, ejaculare precoce, impotența etc), disfuncții ale comportamentului erotic etc.

Ne vom opri în special asupra primei categorii şi a efectelor acestora întrucît cele două categorii de disfuncții sunt interrelaționate. Disfuncțiile structurii de rol familial se traduc în special prin:

1. Adoptarea şi exercitarea inadecvată a rolului specific sexului fie prin:

- exagerarea sau diminuarea trăsăturilor fundamentale specifice sexului în exercitarea rolului conjugal (tipul soțului tiran, autoritar care anihilează participarea şi contribuția soției sau dimpotrivă cel al soției tiranice, autoritare, ”sotie castratoare “care subminează autoritatea şi inițiativa soțului).

- inversarea şi/sau desincronizarea rolului de sex în diada maritală însemnînd în primul caz situația în care femeia joacă rolul bărbatului şi invers, sau adoptarea de către cei doi parteneri a rolurilor adecvate însă într-un mod desincronizat care nu corespunde nevoilor şi aşteptărilor partenerului.

2. Adoptarea şi exercitarea incompletă sau inautentică a rolului familial, situație în care unul sau ambii parteneri sunt implicați parțial sau ignoră anumite aspecte ale rolului lor (de exemplu tatăl care lasă în sarcina soției educarea copiilor sau sarcinile administrativ gospodăreşti, sau soția care îşi exercită idependent funcția de socializare şi loisir) sau îşi exercită în mod fals, inautentic atribuțiile marital parentale în cadrul familiei.

Cele mai des intilnite distorsiuni sunt de genul hipertrofierii rolului masculin sau feminin. În primul caz, dominația şi autoritatea excesiva a soțului va avea tendința să împingă soția spre o supracompensare a rolului matern printr-o conduită excesiv de

afectivă de îngăduitoare iar o hipertrofiere a rolului feminin printr-o atitudine dominatoare, supraprotectiva a copiilor şi a soțului va submina autoritatea şi competenta acestuia. Hipertrofierea rolulilor de sex manifestate fie prin rigiditate şi un comportament autoritar din partea tatălui combinată cu o atitudine extrem de îngăduitoare şi de protectiva din partea mamei fie prin dominație şi hiperprotectie din partea soției în dăuna autorității soțului determină adoptarea din partea copiilor a unor comportamente nevrotice şi psihopatice. Copilul se va îndrepta fie spre o personaliate supusă, submisiva, lipsită de inițiativă şi de capacitate de decizie, fie va evada de sub autoritatea paternă sau maternă adoptînd comportamente de sfidare: consum de droguri, alcool, vagabondaj etc.

Distorsiunile apărute în exercitarea rolurilor specific sexului se traduc evident mai tîrziu în dificultăți de cristalizare şi manifestare a rolurilor de sex la copii. Copiii acestor cupluri, fetițe sau băieți au toate şansele să îşi formeze identități de sex distorsionate comportamental şi atitudinal ceea ce se va reflecta mai tîrziu în propriile alegeri maritale.

Astfel de cupluri ce prezintă distorsiuni ale rolurilor maritarle au în plus o incidență crescută a comportamentelor de natură devianta: infidelitate conjugală, alcolism, violență familială, abuzul

sexual, abandonul copiilor sau al vîrstnicilor etc cu toate efectele traumatizante ce decurg de aici asupra tuturor familiilor.

1.4 Violența familială

Consiliul de Miniştri al Comisiei Europene defineşte violența în familie ca fiind "orice act sau omisiune comisă în interiorul familiei de către unul din membrii acesteia şi care aduce atingere vieții, integrității corporale sau psihologice sau libertății altui membru al acelei familii şi vatămă în mod serios dezvoltarea personalității lui/ei" (http://violentainfamilie.blogspot.com)

Violența domestica se manifestă intodeauna în cadrul unei relații intime, în spațiu restrâns şi privat. În familie se manifestă toate formele de violentă: fizică, verbală şi sexuală. Acțiunile care însoțesc violența sunt: intimidarea şi manipularea, izolarea şi sechestrarea, controlul asupra banilor şi abuzuri asupra copiilor.

Definit ca un act comportamental, violența domestica are caracter instrumental, intențional şi învățat.
(http://violentainfamilie.blogspot.com/)

- Instrumental agresorul controlează victima, obține ceea ce doreşte de la ea. Comportamentele devin funcționale (persistă) dacă au şi rezultatul scondat. Un comportament care nu are rezultatele aşteptate pentru cel care-l aplică, tinde să nu se repete după o perioadă de timp. La fel, comportamentele tolerate prin neintervenție întărite, se accentuează.

- Intențional: se produce se produce cu intenția de control şi dominare, de menținerea puterii, prin faptul că e repetiva (nu apare doar izolat) îi conferă caracterul de intenție pe care de regulă abuzatorul nu o recunoaşte, dar poate fi identificată prin rezultatele pe care le produce. De exemplu, de ce un agresor nu manifestă violențe similare asupra şefului la serviciu sau persoanelor străine, dacă pornim de la ideea că el nu se poate controla la furie?
- Învățat: violența asupra partenerului nu este înnăscută. Copiii învăța prin imitație, familia reprezintă modelul din care îşi extrage valori, cunoaştere şi comportamente. 60% dintre adulții care sunt violenți cu partenerele au crescut în familii cu violență. Partea optimistă este că fiind un comportament învățat, el poate fi schimbat printr-un nou proces de învățare. Dovada că violența nu este genetică este procentul de 40% dintre copiii care cresc în familii violente şi care nu devin agresori.

Elemente specifice care diferențiază violența familială de alte forme de agresiune:

- Accesul permanent al agresorului la victimă

- Existența unui ciclu al violenței (repetare în timp, cu o frecvența tot mai mare şi o gravitate tot mai crescută

- Schimbări produse în personalitatea celor implicați, cu scăderea eficienței lor în îndeplinirea funcțiilor sociale.

- Antrenarea întregului sistem familial

- Relațiile emoționale între cei doi parteneri sunt manifestate sau latente

- Caracterul privat, care face ca victima sa aibă acces redus sau să nu apeleze la surse de sprijin

- Tendința celorlalți de a nu interveni, toleranță socială față de fenomen

- Aspecte de tortură a victimei

În general, victima este femeie, violența fiind înrădăcinată în inegalitățile de gen şi în structurile tradiționale de putere instituționalizată.

Cauzele violenței familiale ar putea fi identificate în interiorul familiei în: lipsa de educație, lipsa sau deficitul de valori, distorsiunile de rol sau structură, deficit de comunicare la nivelul partenerilor iar în exterior într-un context dificil şi traumatizant: recesiune economică, sărăcie, lipsa locurilor de muncă sau mutarea din locul de "baştina", relativizarea valorilor la nivelul întregii societăți.

În ceea ce priveşte situația din România, conform statisticilor oferite de Inspectoratul de poliție, violența familială continuă să se afle pe primul loc, cu o treime din faptele de violentă extremă. Dacă

asasinatele comise între soți şi între părinți şi copii reprezintă 20%, doar 0,4% reprezintă conflicte între socri şi gineri. În ceea ce priveşte spațiul în care au loc crimele, în mai mult de jumătate din cazuri acestea se petrec în locuintă, 10% în curte 25% pe strada. Bărbații ocupă un detaşat loc întii în rândul autorilor de acte de violență gravă cu un procent de 94%. (www.adevărul.ro)

CAP II Modalităţi de prevenţie şi combatere a violenţei familiale

2.1 Educaţia parentală

Începînd în special din 1990 în România, ca urmare a contextului nou socio - economic şi instituţional, specialiştii din domeniul socio-uman s-au centrat pe nevoile şi drepturile copilului privit dintr-o perspectivă nouă, de membru cu drepturi depline a a comunităţii, faţă de care familia sa are responsabilităţi speciale, nedetinind însă un drept suveran asupra sa. Nevoile copilului au început să fie tratate nu ca simple nevoi pe care societatea poate să le satisfacă sau nu, ci drepturi a căror satisfacere nu mai e facultativa ci obligatorie.

Prin adoptarea de către Naţiunile Unite în 1989 a Convenţiei Drepturilor Copilului s-a consfinţit schimbarea statutului copilului de la o fiinţă subordonată intereselor familiei către o poziţie privilegiată de protejat al familiei şi societăţii în ansamblu urmată de promovarea interesului superior al acestuia indiferent de acţiune.

Accentul pus pe copil în intervenţiile programelor sociale nu putea totuşi să eludeze mult timp intervenţia la nivelul familiei acolo unde se află de fapta adevărata cauza a problemelor.

Au fost iniţiate şi implementate o serie de programe sociale care vizează sprijinirea membrilor familiei să depăşească situaţia de

criză, să găsească soluții la problemele cu care se confruntă. Acest ajutor oferit de către serviciile publice specializate sau de către alte organizații private de sprijin, fie că este vorba de consiliere, suport moral, informațional, sprijin material/finaciar a avut drept scop menținerea copiilor în familiile lor, reducindu-se riscul de abadon, al instituționalizării, a violenței familiale.

Un aspect deosebit al intervenției sociale este educația parentală.

Ca formă de intervenție socială la nivelul grupului, educația parentală reprezintă o “tentativă formală de a mari conştiința părinților şi utilizarea aptitudinilor parentale” (Stanciulescu E 1997, apud Mocanu E, 2003).

Bazîndu-se pe un model educațional dar împrumutînd elemente din consiliere şi terapie de grup, programele de educație parentală au rezultate benefice atît pentru familie cît şi pentru copil, atingindu-şi în general scopul, cel de prevenire a abuzurilor asupra copilului şi de stimulare a dezvoltării unor relații sănătoase, armonioase, reciproc valorizante între părinți şi copii. Inițiată şi realizată de către educatorul parental, intervenția socială centrată pe grup urmăreşte înțelegerea şi satisfacerea nevoilor părinților, a nevoilor de formare îndeosebi, plecînd de la analiza aşteptărilor.

Cum intervine educația parentală la nivelul grupului familial producînd schimbare?

- In primul rînd prin faptul că familia este “scoasa” din izolare şi vine în contact cu alte familii.

- Mediul creat în cadrul cursurilor de educație parentala este de regulă neoficial, plăcut şi confortabil, oferind o atmosferă în care părinții se simt în siguranță şi confortabil unii în prezența altora; acest mediu este mai relaxant decît cel creat într-un cabinet de consiliere în care nu toate famiile au curajul să păşească.

- Comunicarea între membrii unui grup capătă noi valențe, părinții fiind încurajați să discute liber, deschis fără inhibiții; o persoană care se confruntă cu o anumită problemă va acceptă mai uşor sa comunice cu altele care au avut aceeaşi experiență;

- Se creează legături puternice între membrii grupului care ajută la constituirea unei rețele de sprijin între părinți. Prin împărtăşirea problemelor şi a emoțiilor, părinții îşi dau seama de cît de mult au în comun unii cu alții, oferindu-şi reciproc încurajare, încredere şi sprijin

- Se realizează o conectare a familiilor la resusele comunitare prin informare de specialitate, astfel încît acestea să cunoască şi să beneficieze de serviciile sociale existente la un moment dat

- Grupul se poate mobiliza pentru a produce schimbări în plan social vis- avis de problemele cu care se confunta; comunitatea va fi mai receptivă la cerințele unui grup decît ale unei singure persoane;

- Interacțiunea creată între membrii grupului favorizează schimbarea de atitudine, valori şi comportamente sociale prin comparație, feed back şi susținere din partea grupului

Programele de educație parentală vizează de regulă formarea unor abilități şi transmiterea unor cunoştiinte care să vină în sprijinul relației părinte copil. Informațiile transmise sunt practice, de regulă referitoare la elemente de psihologia copilului, psihologia dezvoltării, se însuşesc tehnici şi metode de autocontrol, exprimare şi relaționare pozitivă. În plus prin rețeaua de sprijin creată se facilitează conştientizarea, autocunoasterea şi schimbarea de atitudine şi comportament.

În multe privințe grupul de educație parentala încep să se asemene de multe ori cu grupul de suport, diferența plecînd în principal de la modelul educativ care stă la baza programelor de educație parentală spre deosebire de modelul de dezvoltare individuală care stă la baza consilierii de grup .

2.2 Consilierea individuală şi de grup

Spre deosebire de educația parentală care punea accent pe prevenție şi viza în special exercitarea rolurilor parentale, consilierea vizează tratamentul disfuncțiilor famliale ce sunt de multe ori cauza abuzului, violenței, delicventei juvenile şi altor tare familiale. Din acest punct de vedere consilierea atît individuală cît

şi cea de grup creşte ca şi nivel de complexitate punînd în centrul intervenției individul şi problema lui.

The British Association for Counselling fondată în 1977, defineşte consilierea astfel: “Consilierea este utilizarea pricepută şi principială a relației interpersonale pentru a facilita auto-cunoaşterea, acceptarea emoțională şi maturizarea, dezvoltarea optimă a resurselor personale.” Scopul general este acela de a furniza ocazia de a lucra în direcția unei vieți satisfăcătoare şi pline de resurse. Relațiile de consiliere variază funcție de cerere, dar pot fi centrate pe aspecte ale dezvoltării, pe formularea şi rezolvarea unor probleme specifice, luarea de decizii, controlul stărilor de criză, dezvoltarea unui insight personal, pe lucrul asupra trăirilor afective sau a conflictelor interne ori pe îmbunătățirea realatiilor cu ceilalt. (apud Dafinoiu 2001)

Consilierea are următoarele caracteristici: durată scurtă, urmăreşte schimbarea evolutiva, este centrată pe prezent, aici şi acum sau pe viitor, este orientată asupra proceselor de dezvoltare şi facilitare, prespune adoptarea din partea consilierului a unei atitudini de acceptare necondiționată, facilitativă şi suportivă.

Consilierea individuală are la bază o relație interpersonala de tipul “face to face” prin care o persoană abilitată ajută o altă persoană sa depăşească o situație de criză printr-o decizie proprie. În ciuda

resurselor existente, unele persoane nu pot găsi soluția problemei lor din cel puțin două motive (Dafinoiu 2002):

- nu formulează corect problema (nu conştientizează cu exactitate care este factorul cauzator al crizei);

- formulează corect problema dar inițiază o singură soluție de rezolvare devenind “prizoniera” acesteia, soluție care s-ar putea să nu fie tocmai cea mai bună.

În primul caz, scopul consilierii îl constitue acordarea de sprijin pentru client în vederea dezvoltării unor alternative la formularea inițială a problemei iar în al doilea caz sarcina consilierului este cea de stimulare a clientului pentru a dezvolta alternative la modalitățile de rezolvare a problemei.

Consilierul şi clientul parcurg împreună următoarele etape:

1) construirea relației de încredere între cei doi parteneri prin stabilirea de comun acord a obiectivelor şi cadrului formal de desfăşurare a terapiei, prin crearea unei atmosfere de deschidere şi suport etc.

2) etapa de evaluare în vederea diagnosticării problemelor clientului .

Evaluarea inițială se referă la procesul de culegere a informațiilor în scopul identificării atît a problemelor cît şi a nevoilor clientului/familiei pentru a putea stabili obiectivele şi planul de viitor.

3) stabilirea unui plan de intervenție împreună cu clientul şi implementarea acestuia.

Planul de intervenție este stabilit şi realizat pas cu pas în acord cu clientul iar obiectivele fixate trebuie să fie realiste, clare şi cuantificabile şi în directă relație cu nevoile acestuia.

4) Evaluarea şi încheierea relației de ajutor. Clientul este sprijinit de specialist să analizeze eforturile depuse şi rezultatele atinse, să evalueze schimbarea survenită în urma demersului terapeutic. Dacă evaluarea sugerează că problema a fost rezolvată, clientul şi consilierul decid de comun acord să încheie relația, dacă nu, se reia procesul terapeutic sau se decide încheierea relației.

Consilierea de grup include oarecum separat şi consilierea familiei, acesta fiind, pentru orice persoană, grupul de apartenență primară. În grupul de apartenență primară sunt incluse toate persoanele care se află în raport afectiv real sau simbolic în rețeaua legăturilor familiale. Acesta ar putea cuprinde nu numai membrii familiei nucleare sau extinse dar şi vecini cu care am stabilit relații foarte apropiate, baby sitters angajate etc.

Abordarea familiei şi intervenția la nivelul acesteia necesită respectarea de către consilier a următoarelor principii (D.Tăbuşcă 2003):

- să recunoască individualitatea şi forța familiei şi să respecte diferitele modalități de a face față situației de criză,
- să încurajeze şi să faciliteze suportul intrafamilial şi interfamilial precum şi lucrul,în rețea,
- să încurajeze şi să faciliteze comunicarea şi exprimarea emoțională în vederea eliminării blocajelor afective.

Consilierea de grup a cunoscut o dezvoltare şi o popularitate fără precedent în ultimele decenii. Consilierea de grup, cu excepția grupurilor familiale, se realizează în general sub forma grupurilor de suport constituite din membri care au în comun acelaşi tip de probleme şi care prin intermediul intilnilor de grup decid sa se dezvăluie, să-şi împărtăşească problemele şi să se sprijine reciproc în depăşirea acestora.

Prin constituirea grupului de suport se urmăreşte:

- promovarea contactului social pentru reducerea alienării şi izolării sociale,
- promovarea interacțiunii şi a schimburilor interpersonale complexe,
- încurajarea ajutorului mutual şi al ajutorării,
- asigurarea unui spațiu securizant în care pot fi exprimate gînduri şi trăiri fără teama stigmatizării
- identificarea problemelor comune şi implicarea tuturor membrilor în găsirea unor soluții.

Grupul de suport reprezintă o formă de reasigurare emoțională pentru membrii săi deoarece în interiorul grupului fiecare simte că problema sa este înțeleasă, acceptată şi împărtăşită de ceilalți membri ai grupului.

Etapele de dezvoltare ale grupului sunt relativ aceleaşi, însă în funcție de grup există multe variabile care pot fi rezolvate pe baza spontaneității moderatorului de grup. Etapele ar putea fi sintetizate astfel:

- Etapa comunicării directe, a cunoaşterii membrilor grupului
- Etapa construcției matricei de grup, prin stabilirea de comun acord a valorilor şi a regulilor de grup
- Etapa exprimării libere prin abordarea unor subiecte de interes comun pentru toți
- Etapa aprofundării personale cu accent pe împărtăşirea emoțiilor şi trăirilor personale, concomitent cu creşterea coeziunii grupului
- Etapa depresiei grupului şi dizolvării lui treptate cu regăsirea individualității securizante a membrilor

Consilierea individuală, de familie sau de grup respectă principiul intervenției individualizate iar eficiența acestora depinde atît de abilitățile şi caracteristicile consilierului cît şi, în egală măsură dacă nu mai mult, de voința şi resursele clientului.

Indiferent dacă se bazează pe un model educațional sau pe un model al dezvoltării biopsihosociale a individului atît consilierea cît şi educația parentala vizează dezvoltarea personală şi stabilirea unor relații intrafamiliale fireşti, sănătoase şi vizează dezvoltarea personală şi stabilirea unor relații intrafamiliale fireşti, sănătoase şi valorizante pentru toți membrii familiei.

PARTE PRACTICĂ

1. OBIECTIVELE LUCRĂRII

Lucrarea de faţă şi-a propus să prezinte conţinutul şi rezultatele unui program de consiliere psihologică şi educaţională desfăşurat în cadrul unui grup de suport pentru părinţi.

Programul "*Să-i educăm iubindu-i*" s-a desfăşurat sub egida Biroului de Asistenţă Socială al Fundaţiei diocezane Caritas Iaşi şi a constat în principal în organizarea a trei grupuri de suport pentru părinţii din medii defavorizate socio-economic cu scopul îmbunătăţirii abilităţilor parentale a persoanelor incluse în program şi eradicării violenţei şi abuzului fizic şi emoţional în relaţia cu copiii.

Lucrarea prezintă în detaliu conţinutul şi rezultatele unuia din cele trei grupuri de suport avînd în componenţa 7 mame.

2 DESCRIEREA PROIECTULUI

Obiectivele specifice ale proiectului au fost:

- Oferirea de informaţii despre modalităţi alternative de educaţie a copiilor ;
- Dezvoltarea abilităţilor parentale ale parintilor participanti ;
- Stimularea dezvoltarii personale şi îmbunătăţirea capacitaţilor de relaţionare pozitivă ale participantilor la program ;

Obiectivele proiectului urmau a fi realizate în cadrul unor serii de 11 întâlniri de grup în ritmul de o întîlnire pe săptămînă.

Perioada de desfăşurare a proiectului a fost de 12 săptămîni (31 ianuarie-9 mai 2007)

Beneficiarele programului au fost 7 mame aflate în evidența Biroului de Asistență socială, cu vîrste cuprinse între 19 şi 39 de ani, fiecare avînd cel puțin doi copii cu vîrste cuprinse între 10 luni şi 20 de ani, majoritatea cu educație scăzută şi neavând în momentul desfăşurării programului o slujbă stabilă.

Accentul pe educație parentala se realiza prin conținutul şi structura temelor fiecărei întîlniri, iar obiectivele vizînd dezvoltarea personală, a abilităților de comunicare şi interrelaționare a participantelor urmau a fi îndeplinite prin realizarea în cadrul şedințelor a unui climat pozitiv de acceptare necondiționată, prin posibilitatea valorizării personale şi împărtăşirii experiențelor personale, prin jocurile şi activitățile introduse în cadrul fiecărei şedințe.

Pentru fiecare din cele 12 şedințe erau stabilite obiective specifice. Sedintelele durau între 1h şi 30 de minute şi 2 h şi erau coordonate de către psiholog şi asistentul care avea şi rolul de observator. Deşi fiecare şedință avea o tematică anume, exista şi suficientă flexibilitate pentru abordarea unor subiecte de interes

imediat pentru clienți (gen relația cu partenerul etc). Şedința era urmată de o evaluare a şedinței şi o autoevaluare a participării personale din partea coordonatorului şi asistentului de grup.

3. EVALUAREA INIȚIALĂ

3.1. DESCRIEREA CAZURILOR

Grupul a cuprins 7 mame.

F.I, 39 de ani, mamă a trei copii, o fată în vârstă de 20 de ani provenită din prima sa căsătorie , un băiat de 4 ani şi jumătate şi o fetiță de 3 ani şi jumătate proveniți din concubinajul cu actualul partener. Tot din relația actuală a rezultat şi un copil care a murit la cîteva luni de la naştere datorită unor complicații la plamîni. În momentul în care a aderat la grup, mama se afla încă în doliu după copilul decedat iar începutul cursului a concis cu împlinirea unui an de la decesul ultimului său copil.

F.I a absolvit liceul economic, specializarea Comerț dar, după disponibilizările de la ultimul loc de muncă, în urmă cu aproximativ 4 ani, întreruptă fiind şi de naşterea copiilor, nu a reuşit să-şi mențină un loc de muncă stabil.

O persoană inteligentă, F.I are totusi un istoric de alcoolism cronic care a dus la pierderea primei relatii si la deteriorarea grava a relatiilor cu familia de origine. A avut o relație defectuoasă cu ambii

părinți: o mamă autoritară, posesivă, crescuta într-un centru de plasament şi un tată alcoolic.

A.D, 34 de ani, divorțată, mamă a trei fete de 3, 5 şi respectiv 7 ani şi jumătate. A.D este de meserie asistent medical, iar în momentul derulării programului era şomeră.

A.D este o persoană sociabila şi comunicativă fiind aproape de fiecare dată persoana care deschidea şirul confesiunilor, stimulindu-le astfel şi pe celelate mame să se deschidă şi să-şi împărtăşească experiențele. Ca şi F.I, A.D este nesigură pe sine, extrem de exigentă atît cu ea însăşi cât şi cu fetița cea mai mare, care preluase o prea mare parte din responsabilitățile îngrijirii celorlalți copii.

La rîndul ei A.D a avut o relație defectuoasă cu mama ei, care şi-a părăsit ambele fete pe când ea avea 14 ani. Păstrează relația cu tatăl ei cu care locuieşte în prezent într-o locuință închiriată.

A.M, 19 ani, necăsătorită, mamă a doi băieți, unul de 1 an şi jumătate şi altul de 3 ani, ambii din relația cu actualul partener. A.M provine dintr-o familie cu 7 frați, ea fiind mezina familiei. A fost crescută mai mult de mătuşa ei, mama ei renunțînd şi la unii dintre frații ei care a fost plasat într-un Centru de ocrotire a minorilor. A.M a absolvit 8 clase primare şi este casnică.

D.E, 32 de ani, mamă singură cu doi copii proveniți dintr-o relație anterioara, o fată de 8 ani şi jumătate şi un băiat de 5 ani.

D.E este orfană, a fost crescută într-un Centru de Ocrotire a minorilor şi nu cunoaşte nici un membru al familiei sale naturale. D.E a absolvit Şcoala de Arte şi meserii şi în momentul începerii cursului nu avea un loc de muncă.

B.L, 26 de ani, căsătorită, mamă a doi copii, un băiat de 3 ani şi o fetiță de 1 an. B.L are studii medii, a absolvit liceul economic, specializarea Administrație publică iar la momentul începerii cursului nu lucra, fiind în concediu de maternitate pentru îngrijirea fetiței mai mici.

Z.I, 26 de ani, necăsătorită, mamă a trei copii, un băiat de 7 ani şi două fetițe, în vârstă de 5 şi respectiv 3 ani toți proveniți din relația cu actualul partener. Z.I a absolvit 8 clase şi este casnică. Fiind cea mai mare din cei 7 frați a avut o copilărie nu tocmai fericită : după sinuciderea mamei sale pe când ea avea 12 ani a trebuit să aibă grijă de toți frații mai mici şi de tatăl alcoolic. Z.I este o persoană tăcută, modestă, calmă şi răbdătoare.

B.A, 22 de ani, mamă singură a doi copii, o fetiță de 8 ani şi un băiețel de 5 ani proveniți din relații diferite. A absolvit 8 clase, iar la momentul începerii cursurilor era menajeră la o fundație care-i asigura cazarea pentru ea şi cei doi copii ai săi. Provenind dintr-o familie de etnie rromă, B.A a avut o copilărie dificilă, marcată de neglijență, abuz fizic şi verbal. B.A este o fire sociabilă şi copilăroasă.

3.2. INSTRUMENTE FOLOSITE ÎN EVALUAREA INIȚIALĂ

Alături de formularul de înscriere în grup, prin care se preluau date despre client şi se testa gradul şi domeniul de interes al clientului cu privire la acest curs, (a se vedea ANEXA A), participantelor li s-au mai aplicat două chestionare, care urmau a fi reaplicate în momentul finalizării şedințelor.

Am aplicat următoarele instrumente de diagnostic:

1. Pentru măsurarea abilităților de relaționare, a fost folosită o grilă de observație cu 12 itemi: solidaritate, destindere, acord, sugestii date, opinii emise, orientări date, orientări cerute, opinii cerute, sugestii cerute, dezacord, tensiune, antagonism.(ANEXA B 1)

Sursa: "*Joining togheter, Group theory and group skills*" David Johnson and Frank P.Johnson (Operaționalizarea itemilor conform ANEXEI B 2)

Fiecărui item îi este ataşată o scală de evaluare de la 1 la 5 în care 1 (f. slab) şi 5 (f. bine). Ultimii trei itemi: dezacord, tensiune, anatagonism sunt invers scorați.

În cadrul fiecărei şedințe, asistentul de grup avea rolul de a observa şi a evalua comportamentul verbal şi nonverbal al participantelor conform acestei grile.

2. Pentru măsurarea abilităților parentale a fost folosită atît o autoevaluare a participantelor după o definiție dată a calităților unui bun părinte (a se vedea *Sedinta 3)* cît şi Scala de evaluare a adaptabilității şi coeziunii familiei (FACES III, ANEXA C), pornind de la principiul că o schimbare a comportamentului unui membru într-o familie poate afecta structura familială în ansamblu.

Din scală a fost folosită doar partea din scală referitoare la familia actuală, excluzîndu-se partea referitoare la familia ideală. Autor: David H.Olson, Joyce Portner, Yoav Lavee.

Ce măsoară scala : adaptabilitatea şi coeziunea familială ;

Descriere: Scala de evaluarea a coeziunii şi adaptabilității familiei este un instrument ce cuprinde 20 de itemi, care măsoară două dimensiuni importante ale funcționării sistemului familial; coeziune şi adaptabilitate. Scala are la bază Modelul Circumplex al familiei care afirmă ca există trei dimensiuni centrale ale funcționării sistemului familial: coeziune, adaptabilitate (flexibilitate la schimbare) şi comunicare.

Scala FACES III măsoară două din aceste trei dimensiuni, evaluînd modul în care membrii îşi percep propria familie şi cum şi-ar dori să fie aceasta la modul ideal (familia ideală).

Norme; testarea instrumentului s-a făcut pe 2453 de adulți de vîrste diferite şi 412 adolescenți. Sub aspectul adaptabilității, scorul

face diferența între sistemele familiale haotice şi cele rigide, structurate iar sub aspectul coeziunii, între familiile separate, dezintegrate, interconectate şi cele “amestecate”, fără granițe clare între subsisteme sau membrii.

Scorarea: Scorarea se face prin însumarea itemilor impari pentru obținerea scorului la factorul coeziune, şi a itemilor pari pentru factorul adaptabilitate. Cu cât este mai mare scorul pe dimensiunea coeziune familială, cu atât este mai “amestecată”, mai omogenă familia respectivă. Cu cât este mai mare scorul pe dimensiunea adaptabilitate, cu atât este mai lipsită de structură familia respectivă.

Fidelitate: Varianta în limbă romană a scalei a fost pretestata pe un număr de 53 de subiecți, 32 fete şi 19 băieți, studenți la Psihologie, rezultînd un coeficient alpha de 0.79 pentru coeziune, de 0.82 pentru adaptabilitate şi de 0.86 pentru întregul instrument.

Validitate: Scala are o bună validitate de construct, însă există încă îndoieli în ceea ce priveşte validitatea, discriminanta şi convergența. (acord între membrii familiei sau între membrii familiei şi terapeuți). (Corcoran Kevin, Fischer Joel 1984)

4. DESFĂŞURAREA PROGRAMULUI DE CONSILIERE EDUCAȚIONALĂ

4.1. STRUCTURA ŞEDINȚELOR DE GRUP

Cursul de educație parentală a respectat următoarea structură :

1. Introducere:Cine sunt eu ca om? Autodefinire şi intercunoastere. Regulile şi obiectivele grupului.
2. Familia de origine.Eu ca şi copil
3. Familia actuală.Eu ca şi părinte.Îmi cunosc eu copilul?
4. Iubirea este fundamentul oricărei relații
5. Limbajul nr. 1 al iubirii: Contactul fizic, mângâierile ;
6. Limbajul nr .2 al iubirii: Cuvintele ;
7. Limbajul nr. 3 al iubirii: Timpul oferit ;
8. Limbajul nr. 4 al iubirii: Darurile ;
9. Limbajul nr. 5 al iubirii: Serviciile ;
10. Iubirea şi disciplina
11. Recapitulare. Premierea participantelor

Conținutul şi tematica cursului a fost realizată după structura şi conținutul manualului de educație parentală “Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor“, Dr.Gary Chapman & Dr.Ross Campbell.

Dr. Ross Campbell este psihiatru şi consilier pe relația părinte copil, fondator al al Southeastern Counselling Center din Chattanooga, Tennessee şi profesor asociat la catedra de pediatrie

şi psihiatrie a Colegiului de Medicină din cadrul Universității Tennessee, autor a mai multor cărți pe tema relațiilor dintre părinți şi copii.

Dr.Gary Chapman este consilier familial, fiind cunoscut în SUA pentru seminariile pe probleme de familie pe care le conduce în întreaga țara, autor a numeroase cărți de succes pe tema relațiilor interfamiliale.

4.2 ŞEDINTELE

Şedința nr.1

Introducere; Cine sunt eu ca om? Autodefinire şi intercunoastere. Stabilirea regulilor şi obiectivelor grupului

Obiective generale;

- Intercunoasterea membrilor grupului;
- Stabilirea de comun acord a obiectivelor şi regulilor grupului

Competențe specifice;

1. Să se autodefinească sub aspectul pasiunilor, intereselor (ceea ce le place să facă precum şi a ceea ce nu le place să facă) şi al valorilor;
2. Să interacționeze şi să vorbească deschis în fața unui auditoriu ;
3. Să stabilească obiectivele şi regulile grupului.

Tehnici de lucru: exercițiu creativ, dialog.

Durată: 1h şi 30 minute

Activitatea 1: Scurtă prezentare a proiectului şi a persoanelor participante la grup, definirea aşteptărilor

Moderatorul şi observatorul întîlnirii (coordonatorii) se vor prezenta, le vor ura bun venit mamelor prezente, iar unul dintre ei va vorbi despre călătoria care va începe acum şi care va dura trei luni. Toți

cei prezenți îşi vor spune numele precum şi cu ce aşteptări vine la acest grup.

Şedința poate începe cu o rugăciune, se va întreba dacă vrea cineva dintre mamele prezente să o spună. În caz că nimeni nu va dori, moderatorul va începe alături de toți cu o rugăciune scurtă. (opțional, 2 minute)

Activitatea 2: Intercunoastere şi relaționare

Moderatorul va propune un exercițiu scurt. Grupul se va împărți în cupluri de cîte două persoane, fiecare alegindu-şi un partener din cei prezenți pe cel care îl cunoaşte cel mai puțin. Fiecare participant se va descrie pe sine celuilalt răspunzînd la următoarele întrebări:

- Cine sunt eu? (exemplu: sunt Mirela, am 35 de ani, sunt mamă a 3 copii, etc).
- Ce-mi place mie să fac? / care sunt lucrurile care îmi plac?
- Ce nu-mi place să fac?
- Care sunt lucrurile cu adevărat importante pentru mine?

După cinci-şapte minute, dialogul dintre cupluri se va încheia, iar în grupul reunit fiecare persoană va trebui să o descrie pe cealaltă.

La sfîrşit moderatorul va pune următoarele întrebări pentru fiecare;

- Cum s-a simțit când a trebuit să vorbească despre sine?
- Cum s-a simțit când altcineva a vorbit celorlalți despre ea/el?
- În ce măsură a corespuns descrierea celuilalt cu ceea ce am povestit eu? (15-20 minute)

Activitatea 3: Stabilirea regulilor şi a obiectivelor grupului

După ce ne-am cunoscut, putem să formulăm un cadru care se desfăşoare intilnirile noastre.

Moderatorul roagă participanții să propună regulile pe care grupul va trebui le respecte. Mamele îşi vor alege un purtător de cuvînt/secretar şi vor dezbate regulile grupului.

Purtătorul de cuvînt/secretarul va nota tot ceea ce au stabilit de comun acord şi le va comunica tuturor la final.

Asistentul grupului va nota observațiile sale cu privire la exercițiu pe fisa de observație, indici ai comportamentului agresiv, pasiv şi cooperant asertiv prezent la participante (15-20 minute, a se vedea în ANEXA şedinței).

După dezbateri, regulile şi obiectivul grupului vor fi communicate, iar moderatorul le va scrie pe o planşă ce va fi mereu prezentă în sală.

Observatorul va comunica şi el observațiile sale grupului fără a da nume.

Activitatea 4: Încheiere/Rezumat:

Fiecare participant va trebui să împărtăşească celorlalți ce a descoperit în această şedința, cum s-a simțit şi cu ce gînduri pleacă acasă.

După ce toți membrii grupului au vorbit, moderatorul va da tema pentru acasă: fiecare să-şi deseneze familia de origine aşa cum crede de cuviință (sub formă de oameni, culori, buline etc).

Moderatorul şi asistentul grupului vor împărtăşi şi ei ce au simțit sau ce au aflat nou la această întîlnire, vor mulțumi pentru participare tututor (5-7 minute)

Referințe:

Steve Andreas, Charles Faulkner (ed) – "NLP şi succesul"

David W.Johnson, Frank P. Johnson "Joining togheter. Group theory and group skills"

Analiza şedinței

Au participat 9 mame.

Conform răspunsurilor la chestionarele aplicate, aşteptările participantelor vizează în principal aflarea mai multor informații despre copii şi educarea lor iar printre problemele actuale cele mai importante se număra: lipsa resurselor financiare, găsirea unui loc de muncă, educarea copiilor.

La sarcina care prevedea autodefinerea se remarcă descrierea personală în termeni generali şi săraci în conținut:” mamă, X ani, X copii”, fără referiri la profesie sau alte elemente ale identității personale (e posibil ca şi tematica cursului să fi influențat modul de autoprezentare a participantelor). De asemenea preferințele sau respingerile sunt majoritar, cu mici excepții (F.I şi D.A) din mediul casnic (să spăl, să gătesc etc.). Lucrurile importante sunt în general: familia şi copiii.

Pentru prezentările în diade (partenerul vorbea în numele persoanei care i se prezentase anterior în cadrul diadei), s-au remarcat dificultăți în a vorbi din poziția celuilalt, preferindu-se a se vorbi mai mult “despre” celălalt.

La sarcina de grup (stabilirea regulilor) s-a remarcat prezența comportamentelor agresive (verbal-reproşuri, ironizări) şi a celor evitant pasive. F.I şi -a asumat rolul de lider informal iar D.A pe cel de mediator, catalizator al discuției grup.

Obiectivele şedinței au fost îndeplinite, problemele întâmpinate au ținut de completarea numeroaselor chestionare, prea lungi, prea dificile pentru nivelul de educație al mamelor.

S-a sugerat pentru şedința următoare aducerea unor ecusoane colorate pe care participantele să - şi scrie numele.

Şedința nr. 2

Familia de origine. Eu ca şi copil.

Obiective generale;

- Să identifice aspecte pozitive şi negative din propria lor viață de copil. (ce anume îmi plăcea din ce făcea tata sau mama, ce anume nu îmi plăcea)
- Să identifice care erau nevoile lor ca şi copii şi cum şi le îndeplineau sau le erau îndeplinite de către parinți.
- Să-şi identifice modul în care anumite comportamente ale părinților le-a influențat modul lor de a fi.

Obiective specifice;

1. Să verbalizeze în grup experiențe din copilărie plăcute sau mai puțin plăcute, dând exemple de lucruri/situații concrete care le-au plăcut sau nu le-au plăcut în modul de a se comporta față de ei a părinților lor ;
2. Să fie capabile să ofere suport afectiv membrilor grupului dacă e cazul

Durată: 2h

Activitatea 1: Introducerea temei noi, împărtăşirea experiențelor avute de la ultima întîlnire.

Dacă apar persoane noi, se vor face din nou prezentările şi se va vorbi despre tema acestei întîlniri: “Familia de origine. Eu ca şi copil”. Se vor recompensa verbal de către coordonator acele persoane care şi-au făcut tema (desenul reprezentind familia de origine) .

Moderatorul oferă ocazia membrilor grupului să comunice liber, să împărtăşească experiențele avute de la ultima întîlnire în viața fiecăruia.

Tema va fi scrisă pe flipchart iar în mijlocul foii va fi desenat un cerc în mijlocul căruia va fi scris cuvîntul ”copil” (5 min)

Activitatea 2: Descrierea familiei de origine;

Participantele grupate în diade (pe baza criteriului îmi aleg partener persona din grup pe care o cunosc mai puțin) îşi vor descrie una alteia familia de origine pornind de la următoarele întrebări: Ce fel de relație am avut cu tatăl meu? dar cu mama mea? Ce anume îmi plăcea din ce făcea fiecare din ei? Ce anume nu-mi plăcea din ce făcea mama, tatăl meu? În ce fel m-a influențat relația/comportamentul părinților mei față de mine?

După ce fiecare a terminat de povestit, persoanele se vor regrupa şi fiecare persoană va trebui să vorbească despre experiența familială a colegei sale. (activitate de grup, 20-30 minute)

Activitatea 3: Nevoile mele ca şi copil

Grupate în diade sau individual (la alegerea grupului), cu pauză de 1-2 minute, participantele vor vorbi despre:
"*Care erau nevoile mele ca şi copil? Ce mi-aş fi dorit eu să primesc de la părinții mei şi am primit sau nu*?" (8-10 minute)

Moderatorul va rezuma nevoile verbalizate de către participante şi le va scrie în dreptul cercului "Copil" pe foia de flipchart.

După activitate, dacă este cazul, (retrăirea unei experiente traumatizante de către participante) moderatorul roagă participantele să povestească fiecare experiența cea mai plăcută din viața lor de copil.

Ieşirea din starea de copil (opțional, funcție de starea participantelor)
"Ne amintim de o experiență plăcută pe care am avut-o la 7 sau la 8, sau la 10 ani. Îi vedem pe mama sau pe tata, sau pe amindoi, sunt alături de mine, mă țin în brațe iar eu mă simț iubită şi mă simt în siguranță. E cald şi e bine, mama şi tata mă iubesc şi sunt alături de mine. Mă acceptă aşa cum sunt. Cu această senzație de calm şi de siguranță încep să cresc, încet, încet, am 10, 12, 14, 20 de ani, spatele îmi devine din ce în ce mai viguros, mîinile mai sigure, sunt acum adult şi sunt responsabilă de deciziile pe care le iau."
Durata: (10-12 minute)

Activitate de final: Încheierea şi împărtăşirea experiențelor

La final moderatorul va ruga participantele să vorbească despre: Cum s-au simțit la această întîlnire? dacă au aflat ceva nou? şi care cred ca a fost sau poate fi contribuția lor la grup? (5-7 minute)

Analiza şedinței nr.2

La şedință au participat patru mame, din care o mamă venită pentru prima data. Pentru noua venită s-au reluat prezentările membrilor grupului.

Doar una din cele trei mame prezente şi-a făcut tema pentru acasă (desenul reprezentind familia de origine). Tema data a avut drept scop introducerea în primul exercițiu al şedinței care presupunea prezentarea în cadrul diadelor formate a tipurilor de relații din familia de origine. Pentru a elimina reținerile sesizate, prezentările au început cu diadele în care se aflau coordonatorul şi asistentul de grup. În ciuda repetării cerinței exercițiului ca fiecare membru al diadei să vorbească despre celălalt "ca şi cum ar el ar fi persoana în cauză", s-a sesizat aceeaşi dificultate de a vorbi "ca şi cum eşti persona respectivă" preferindu-se a se vorbi "despre" persoana respectivă. Cu toate acestea s-a remarcat creşterea deschiderii din partea persoanelor prezente prin prezentări detaliate a relațiilor cu membrii familiei de origine (funcție de preferința participantelor, de exemplu prezentare detaliată a relației

cu tata, sau cu mama, în schimb ignorare aproape completă a relațiilor cu celalat părinte)

La exercițiul doi, mamele trebuiau să-şi identifice nevoile lor ca şi copii prin întrebările puse de coordonator. Cu răspunsurile lor a fost completat desenul făcut pe flipchart. Au fost identificate următoarele nevoi : Armonie, înțelegere, să mă joc, să primesc mici daruri, iubire, familie, să învăț, să am timp liber pentru mine, să fiu apreciată, să mi se acorde atenție).

La finalul şedinței, la momentul împărtăşirii gindurilor şi emoțiilor mamele au afirmat că autodezvaluirile privind copilăria şi familia de origine le-au ajutat sa vadă similitudinile dintre ele şi să le apropie mai mult.

În acest fel au fost îndeplinite obiectivele şedinței. S-a propus, la inițiativa organizatorilor, ca mamele care nu au cu cine să-i lase, sa-şi aduca şi copiii, urmînd ca un voluntar să se joace cu ei pe durata şedințelor într-un spațiu amenajat special pentru acest scop.

Şedința nr.3

Familia actuală. Eu ca părinte. Îmi cunosc copilul?

Obiective generale;

- Să-şi autoevaluaze abilitațile parentale
- Să descrie personalitatea fiecărui copil, vorbind despre calitățile, defectele, opotunitatile şi amenințările cu care se confruntă fiecare în funcție de vârstă precum şi relația personală cu fiecare;
- Să identifice care sunt pasiunile dar şi nevoile copiilor în funcție de vârstă şi contextul de viață prin care trece fiecare;

*Durata:*1h şi 30 de minute

Competențe specifice:

- Să descopere punctele tari, punctele slabe, oportunitățile şi amenințările cu care se confruntă copilul lor.
- Să identifice nevoile copiilor lor şi să numească modalitățile prin care şi le satisfac.
- Să se autoevaluaze pe o scară de la 1 la 5 în ceea ce priveşte calitățile lor de buni părinți.

Tehnici de lucru:

- Interviu semistructurat
- Analiza SWOT

- Autoevaluare

Activități introductive: Împărtăşirea experiențelor avute de la ultima întîlnire, introducerea temei noi

Participantele vor fi rugate să vorbească despre ce s-a mai întîmplat de la ultima întîlnire, dacă au mai reflectat la tema precedentă, după care se va prezenta tema şedinței curente.

Desfăşurarea propriu zisă a şedinței

1. *Copilul meu: Ce îi place să facă, care sunt preferințele lui? care sunt nevoile lui actuale?*

Grupați în diade sau individual (funcție de opțiunea mamelor) participantele vor vorbi despre: Ce le place copiilor mei să facă? Care este relația mea cu fiecare din ei?Care cred eu că sunt nevoile actuale ale copiilor mei? Îi sunt acestea îndeplinite?

2. *Desenul analizei SWOT a copiilor lor*

Moderatorul va ruga participantele sa deseneze sub forma unui copac cu patru ramuri calitățile şi defectele copiilor lor, avantajele/oportunitățile față de ceilalți copii şi dezavantajele/amenințările cu care se confruntă comparativ cu alți copii. (10-15 minute)

3. Ce înseamnă un părinte bun? Autoevaluare.

Coordonatorul va ruga participantele să răspundă la întrebarea: *“Ce înseamnă un părinte bun? “*

Coordonatorul va centraliza răspunsurile şi va sintetiza o definiție pe care o va scrie pe flipchart. Apoi, mamele vor fi rugate să se autoevaluze în ceea ce priveşte calitățile lor de buni părinți pe o scală de la 1 la 5, în care 1 reprezintă foarte slab, 2 slab, 3 mediu, 4 bun, iar 5 foarte bun.

Activitate de final În încheiere coordonatorul grupului va ruga participantele să vorbească despre: Cum s-au simțit la această întîlnire, dacă au aflat ceva nou şi care cred că a fost sau poate fi contribuția lor la grup (5-7 minute) .

Referințe: “NLP şi succesul”, Steve Andreas, Ch.Faulkner

Analiza ședinței nr.3

La şedință au participat 4 mame.

Atît la exercițiul nr. 1 (prezentarea intereselor, identificarea nevoilor propriilor copii cît şi la exercițiul nr. 2, analiza SWOT) descrierile făcute de mame au fost extrem de sumare, de generale. În ceea ce priveşte pasiunile, la exercițiul 2, analiza SWOT a fiecărui copil, fiecare mamă s-a rezumat la enumerarea a cel mult două - trei calități a copiilor, dar a unui număr cel puțin egal sau chiar mai mare de defecte. În general nu s-a vorbit despre oportunitățile şi amenințările cu care se confruntă fiecare copil. E posibil ca termenii folosiți să nu fi fost înțeleşi.

Descrierile au fost sumare, de fiecare dată coordonatorul trebuind să solicite repetat menționarea şi a calităților copiilor avînd în vedere că în prezentările făcute calitățile erau de multe ori omise sau lăsate la final.

La solicitarea coordonatorului de a găsi împreună o definiție a "părintelui bun", grupul a formulat în final următoarea definiție: "*Un părinte bun este cel care asigură copiilor săi siguranță materială (îi asigură nevoile de bază materiale), siguranță psihologică (îl iubeşte, îl ocroteşte, îl încurajează) şi libertate să facă propriile alegeri*."

Autoevaluările mamelor în ceea ce priveşte calitățile lor de bun părinte au fost următoarele; F.I (2-slab); A.M (4-bun) Z.I (3-mediu), D.E (4-bun)

Exercițiile făcute în cadrul acestei şedințe au relevat faptul că mamele fie nu pot descrie, (nu au vocabularul necesar) fie nu sunt interesate sau aproape ignoră aspectele ce țin de individualitatea şi personalitatea fiecărui copil.

S-a remarcat creşterea coeziunii grupului: mamele au început să-şi ofere una alteia soluții şi recomandări în ceea ce priveşte modul de a se comporta cu copiii într-o anumită situație, preferînd în plus să vorbească direct grupului şi nu în diade.

Şedința nr. 4

Iubirea este fundamentul oricărei relații

Obiective:

1. Să înțeleagă noțiunile de: rezervor de iubire, iubire condiționată, iubire necondiționată, disciplină
2. Să identifice modul în care îşi arată dragostea față de copii (condiționat/ necondiționat)
3. Să identifice modalități concrete prin care pot arata copiilor că sunt iubiți (creşte nivelul rezervorului de iubire)

Tehnici de lucru;

- Prezentare
- Interviu semistructurat

Competențe specifice:

1. Dezvoltarea capacității de interacțiune deschisă cu ceilalți membri ai grupului
2. Dezvoltarea capacității de a primi şi oferi feed back membrilor grupului.

Durata: 2h

Activitate introductivă: Împărtăşirea experiențelor personale din perioada scursă de la ultima întrevedere, scurtă recapitularea a şedinței trecute.

După salut şi rugăciunea de început, moderatorul va oferi membrilor grupului posibilitatea ca aceştia să-şi împărtăşească experiențele semnificative prin care au trecut de la ultima întrevedere, eventual efectele pe care le-a avut ultima şedință asupra comportamentului personal sau al copiilor.

Moderatorul va face o scurtă recapitulare a ceea ce s-a discutat la întâlnirea anterioară pentru a face legătură cu ceea ce se va discuta la această întâlnire.

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței:

Activitatea 1. Prezentarea moderatorului: ”rezervor de iubire “, "iubire condiționată, vs iubire neconditionată”

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței va începe cu explicarea sensului sintagmei *„rezervor de iubire”.* Ne vom folosi de un exemplu din viața personală: Fiecare din noi avem un rezervor de iubire care ne menține sănătoase şi armonioase. Dacă dimineața plecăm de acasă zimbitoare şi pline de elan este pentru că acel rezervor de iubire este plin. Pe parcursul zilei, o altercație în tramvai, o ceartă cu şeful, o glumă proastă din partea unui coleg, o problemă nerezolvată care ne presează nu fac decât să consume

din acest "rezervor". Acesta se goleşte cu fiecare mică supărare, jignire, nereuşită pe care o suferim în viață de zi cu zi. Ca şi o maşină, noi avem nevoie de acest combustibil. Combustibilul nostru este iubirea.

Cu rezervorul plin, maşina este funcțională şi poate fi condusă de către şofer. Tot la fel şi copilul are un rezervor de iubire care trebuie umplut ca să se poată dezvolta şi creşte ca un adult sănătos şi armonios. Când copilul se simte iubit, este mai uşor de disciplinat şi de format decât atunci când simte că „rezervorul său emotional" e aproape gol. Fiecare copil are un *„rezervor pentru iubire"* iar copilul are nevoie de acest combustibil pentru a se putea dezvolta fizic, afectiv şi intelectual. Un copil crescut într-un mediu sărac în iubire, într-un centru de plasament de exemplu, este diferit din punct de vedere fizic, intelectual şi emoțional de un copil crescut într-o familie. Nevoia de iubire a copilului stă la baza tuturor celorlalte nevoi. De aceea, dezvoltarea şi comportamentul lor reprezintă în egală măsură răspunderea mea şi a lor.

Cum putem creşte nivelul rezervorului de iubire al copilului?

Iubindu-l necondiționat.

Ce înseamnă iubire neconditonata?

Iubirea necondiționată este iubirea totală, care acceptă şi confirmă existența copilului aşa cum este el şi nu datorită a cee a ce face el. Orice ar face (sau n-ar face) părinții tot îl iubesc.

Iubirea condiționata se bazează pe ceea ce face copilul şi este adesea asociată cu recompense precum: daruri, aprecieri fizice sau verbale, încurajări, pentru un comportament dorit de părinți.

Desigur copiii noştri trebuie disciplinați/formați, dar după ce rezervorul lor de iubire este plin. Dacă copiii se simt cu adevărat iubiți sincer de către părinți, ei vor fi mai receptivi la sfaturile mamei şi tatălui lor în toate privințele. Sunt mai multe modalități în care copiii (oamenii în general) exprimă şi înțeleg iubirea. Acestea pot fi; mângâierile fizice, cuvintele de încurajare, timpul acordat, darurile şi serviciile.

Cel mai bine putem defini iubirea necondiționată arătând care sunt rezultatele ei. Iubirea necondiționată înseamnă a-ți iubi copilul orice-ar fi. Noi iubim copilul indiferent de cum arata, indiferent de ce talente manifestă sau în devenire, ori ce handicapuri are, indiferent de cum am vrea să fie, şi, ceea ce este mai greu, indiferent de ceea ce face. Asta nu înseamnă că vom accepta orice tip de comportament ar afişa sau că îi vom arata iubirea noastră tot timpul, chiar şi când se comportă inadecvat.

Iubirea sau educarea condiționată față de copilul dumneavoastră. poate duce la nesiguranță, nelinişte, o proastă părere de sine şi la mânie. În ce măsură copilul dumneavoastră dă dovadă de aşa ceva? Dați posibilitatea grupului să împărtăşească momentele în care au dat dovadă de iubire condiționată.

Activitatea 2. Interviu semistructurat de grup:

- Gândiți-vă la propriile amintiri din copilărie. Cum reuşeau părinții dumneavoastră să vă umple rezervorul de iubire pentru a vă da mai multă încredere? Ce amintiri plăcute din copilărie aveți legate de modul concret în care părinții dumneavoastră vă arătau că vă iubesc şi că sunteți important/importantă pentru ei?
- Recapitulați mai multe momente în care v-ați simțit iubiți sau v-ați exprimat iubirea față de copilul dumneavoastră. în majoritatea cazurilor, acest lucru a avut legătură cu cu vreo reuşită ori cu confirmarea unor aşteptări?
- Cum le arătați concret copiilor dumneavoastră că îi iubiți? Dacă ei ar fi întrebați cum ştiu ei că mama sau tatăl lor îi iubeşte, ce ar răspunde?
- Dacă ar fi să măsurați de la zero la zece nivelul din rezervorul de iubire al copilului dumneavoastră., cam pe unde credeți că s-ar situa el? Ştiu copiii dumneavoastră că sunt iubiți?

Discuție liberă după fiecare întrebare (30-40 minute)

Încheierea şedinței. Tema de reflecție: Cum ne arătăm iubirea față de copiii noştri? Formatorul va mulțumi pentru participare şi va ruga participantele să împărtăşească grupului cum s-au simțit, dacă au învățat nou, cu ce gînduri pleacă acasă.

Apoi va face un rezumat al întâlnirii şi va da temă de reflecție pentru acasă: Cum le arătăm copiilor noştri că îi iubim necondiționat?

Referințe: Gary Chapman, Ross Campbell"Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor" (Pg11-28, pg 198-199)

Analiza şedinței nr. 4

Au participat 6 mame.

Toate mamele, inclusiv coordonatorul grupului şi asistentul au vorbit despre modul în care au simțit în copilărie că sunt iubite. Cîteva dintre participante au vorbit şi despre lipsa de iubire pe care o resimțeau din partea unuia sau a altuia dintre părinți. (F.I, A.D)

La întrebarea privind modalitățile concrete de exprimare personală a iubirii răspunsurile au fost destul de sumare şi generale referindu-se în general la acoperirea nevoilor materiale ale copiilor cu puținii bani ai familiei, la contactul fizic mamă copil, la darurile făcute la diverse ocazii speciale. În ceea ce priveşte evaluarea nivelului de iubire din "rezervorul" copiilor, majoritatea cu o excepție, nu a formulat un răspuns clar. A revenit în discursul mamelor motivația situației financiare personale precare.

Comparînd răspunsurile cu ale celorlalte participante, unele dintre mame au recunoscut că uneori greşesc manifestindu-şi iubirea într-un mod condiționat.

La finalul şedinței coordonatorul a amintit participantelor definiția unui ”parinte bun ” găsită de grup la şedința anterioară şi a rugat mamele care nu au fost prezente atunci să se autoevaluze din această perspectivă.

Autoevaluările au fost: A.D. (4-bun) şi B.A (4-bun). Obiectivele şedinței au fost în mare îndeplinite, urmînd ca mamele să aibă ca temă de reflecție pentru data viitoare găsirea şi a altor modalități prin care îşi pot arata concret iubirea față de copii.

Şedința Nr. 5

Limbajul nr.1 al iubirii: contactul fizic

Obiective:

Participanții trebuie:

1. Să înțeleagă noțiunea de limbaj de iubire ;
2. Să ofere exemple din copilăria lor în ceea ce priveşte modul în care părinții îşi manifestau fizic iubirea față de ei ;
3. Să identifice care sunt semnele prin care copiii îşi exprimă dorința de a fi mângâiați ;
4. Să identifice şi alte modalități prin care îşi pot manifesta iubirea şi acceptarea fizică a copilului lor.

Tehnici de lucru;

- Prezentare
- Interviu semistructurat
- Joc de rol

Competențe specifice:

1. Să manifeste deschidere, să participe activ la discuțiile din cadrul grupului
2. Să fie capabile să identifice şi să exprime cum se simt în anumite situații simulate într-un joc de rol
3. Să primească şi să ofere feed back celorlalți membri ai grupului

Durata: 2 h

Activităţi introductive: Împărtăşirea experienţelor, tema de reflecţie

După salut, moderatorul va ruga mamele să împartaşeasca grupului ce evenimente semnificative plăcute, sau mai puţin plăcute au trăit de când nu s-au mai văzut. Participanţii vor trebui noteze pe un bileţel experienţele neplăcute pe care le-au trăit în ultimile zile (în cazul în care au trăit ceva de genul acesta). Moderatorul va strînge toate bileţele, le va rupe şi le va arunca la coş.

Li se va aminti mamelor de tema de reflecţie de săptămîna trecută, mamele fiind rugate să vorbească despre "Cum anume le arată concret copiilor lor că-i iubesc şi îi apreciază?"

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinţei:

1. Prezentarea Limbajului nr.1 al iubirii: contactul fizic

Se va începe cu prezentarea temei acestei şedinţe: limbajul nr.1 al iubirii - contactul fizic. Coordonatorul va explica membrilor grupului sintagma: limbaj de iubire şi va enumera cele cinci limbajele de iubire ale copiilor.

Limbajul de iubire este *un mod concret prin care ne exprimăm iubirea faţă de copilul nostr*u. În general sunt cinci modalităţi concrete prin care ne arătăm iubirea: prin contactul fizic (îmbrăţişare, ţinutul în braţe, sărutul, jocurile fizice etc), prin

cuvinte, timp acordat, daruri şi serviciile care le efectuăm pentru celălalt.

Bebeluşul abia născut ia contact cu mediul şi implicit cu părinții săi, în primul rînd fizic. În momentul în care mama îşi ia copilul în brațe ea îl acceptă şi îi spune “bine ai venit în lumea noastra”. Înainte de a fi mult mai mult de atît, bebeluşul este în primul rînd o prezentă fizică iar atunci când este legănat, hrănit, îmbăiat, şters, îmbrăcat, el intră în contact fizic cu lumea şi cu mama sa, un contact prin care i se spune: “exişti, eşti viu, te accept şi îmi place să fiu cu tine”.

Mulți părinți îşi mângâie copiii când e absolut necesar, la îmbrăcare sau la dezbrăcare. Există părinți care nu sunt conştienți de marea nevoie a copiilor de a fi mângâiați şi de cât de uşor ar putea folosi aceast mijloc pentru a păstra rezervorul emoțional al copilului plin cu iubire. Mulți părinți îşi cresc copiii în funcție de ceea ce-şi doresc ei de la copiii lor şi mai puțin de ceea ce are el nevoie sau de calitățile lui, de ceea ce posedă. Cînd ajung la adolescență aceşti copii încep să-şi manifeste frustarile, să fie agresivi şi să respingă comunicarea cu părinții.

Contactul fizic este un limbaj adînc săpat în inconştient şi e limbajul de iubire cel mai simplu de folosit necondiționat pentru că e primul limbaj prin care copiii şi-au dat seama că sunt iubiți, acceptați. Părinții nu vor avea niciodată nevoie de ocazii speciale

ca să-şi mângâie copilul. Unii părinți o fac cît se poate de vizibil, alții aproape că evită să-şi mângâie copilul.

Adesea această legătură fizică limitată apare pentru că părinții nu-şi dau seama ce fac, sau nu ştiu cum să schimbe lucrurile.

Fundamentul iubirii aşezat în primii ani de viață afectează capacitatea copilului de a învăța şi determină în mare parte momentul în care va fi capabil să sesizeze şi un alt tip de informații. Mulți copii merg la şcoală nepregătiți să învețe pentru că ei nu sunt pregătiți emoțional să învețe.

Unii părinți presupun că dacă îşi iubesc copiii aceştia din urmă ştiu de la sine. Mulți copii nu se simt iubiți necondiționat. Nu este suficient să-i spui unui copil: “te iubesc!”. Îți poți exprima sentimentele prin cuvinte dar nu este suficient pentru ca un copil să se simtă iubit necondiționat. Copiii reacționează la nişte fapte, la ceea ce faceți împreună. Aşadar, pentru a ajunge până la ei, trebuie să-i iubiți în termenii lor, într-un limbaj pe care ei să-l înțeleagă. Cel puțin pînă la vârsta de 2-3 ani contactul fizic este principalul mod prin care ei se simt iubiți şi acceptați.

Limbajul fizic nu se reduce doar la îmbrățişări şi sărutări, ci include orice tip de apropiere fizică cu condiția ca aceasta să nu dauneaze integrității fizice şi psihice a copilului.

2. Interviu semistructurat:

Moderatorul va adresa întrebări participanților care vor răspunde liber (asistentul şi moderatorul întîlnirii fac parte activă din grup şi răspund la toate întrebările care vizează experiența personală). După ce toate mamele şi-au prezentat punctul de vedere, moderatorul poate face completări sau sugestii care țin de psihologia dezvoltării copilului;

2.1 Vă amintiți când şi cum erați voi mingiati de părinții voştri? Cum vă simțeați?

2.2 Când şi cum vă mingiiati voi fiecare copil? Când a făcut ceva bun sau când are el nevoie? Vine el la dumneavoastră şi cere să fie îmbrățişat? Cum vă dați seama că vrea să fie mingiat?

2.3 Când şi cum pot fi mângâiați sugarii sau copii mici (până la vârsta de 7ani)? (ținutul în brațe, strânsul la piept, ținutul în brațe al copilului în timp ce se citeşte o poveste devine o amintire pentru tot restul vieții etc)

2.4 Când şi cum pot fi mângâiați copiii în primii ani de şcoală?

O îmbrățişare dată la plecare la şcoală în fiecare dimineață poate inspira siguranță, o îmbrățişare dată la întoarcere poate sta la baza unei după-amiezi liniştite, unei activitați mentale şi fizice pozitive ; Trecutul mâinii prin părul copilului, mângâierea pe umăr sau pe braț, bătutul pe spate sau pe picior însoțite de cuvinte de încurajare sunt binevenite când copilul este rănit fizic, ori emoțional, obosit,

când s-a petrecut ceva nostim sau trist etc.

Mulți băieți între 7 şi 9 ani trec printr-o fază în care se opun mângâierilor fizice şi totuşi au nevoie de o legătură fizică. Ei par a fi mai receptivi la un contact brutal cum ar fi: lupta corp la corp pe duşumea, ghionturile, loviturile în joacă, călăritul părinților şi alte mângâieri în joacă care sunt absolut vitale pentru dezvoltarea emoțională al copilului. Fetele par şi ele încântate de aceast tip de legături fizice dar nu se opun mângâierilor blânde, pentru că ele, spre deosebire de băieți, nu trec prin aceea fază de refuz a afecțiunii ;

2.5 Credeți că fetițele au mai mare nevoie de mângâieri fizice decât băieții? (băiețeii şi fetițele au în egală măsură nevoie de afecțiune fizică din partea părinților chiar dacă băieții sunt mai puțin răsfățați decât fetițele, chiar dacă băieții se comportă ca şi cum nu le-ar păsa)

2.6 Cum pot fi mângâiați adolescenții?

(părinții trebuie să ştie că nu trebuie să-şi îmbrățişeze fiul în prezența colegilor săi deoarece el încearcă să-şi dezvolte o personalitate independentă şi un asemenea comortament îl stânjeneşte iar ulterior va fi ținta glumelor celorlalți. El poate fi îmbrățişat acasă sub forma unui masaj masculin pentru muşchii prea solicitați, masaj pentru gâtul prea înțepenit de la statul în

bancă, o mingaiere pentru relaxare etc. Multor copii le place să fie scărpinați pe spate chiar şi după ce ajung mari la casele lor.

Nu trebuie să impuneți o apropiere fizică dacă fiul/fiica dumneavoastră se fereşte când vreți să-l/o strângeți în brațe. S-ar putea să nu aibă nici o legătură cu dumnevoastră pentru că adolescenții sunt plin de emoții, gânduri şi dorințe şi uneori pur şi simplu nu vor să fie atinşi. Dacă refuză permanent atunci trebuie să vă găsiți timp să stați de vorbă pentru a afla care sunt motivele.

2.7 Care este motivul pentru care este important să fie mângâiați copiii în perioada dinaintea adolescenței?

Copiii în general trebuie să se simtă iubiți, trebuie să aibă o părere bună despre sine. Fetele cu o părere bună şi sănătoasă despre sine şi cu o identitate sexuală clară pot face față mai bine tensiunilor negative din partea colegilor, sunt pregătite să gândească fără ajutorul nimănui.

Pe măsură ce veți urmări fetele veți constata că o parte dintre ele stabilesc greu relații cu sexul opus, fie sunt timide şi retrase, fie flirtreaza exagerat. Aceste fete nu sunt pregătite emoțional pentru perioada adolescenței.

2.8 Credeți că pe măsură ce copilul creşte şi devine mai activ are nevoie de mai puțină mângâiere fizică?

Toți copiii au nevoie de o legătură fizică de-a lungul copilăriei şi adolescenței, mulți băieți trec printr-o fază în care se opun mângâierilor fizice şi totuşi au nevoie de o legătură fizică.

2.9 Ce se poate întâmpla cu copiii care nu sunt mângâiați?

Lipsa de mângâieri poate duce la încercarea copilului de a atrage atenția asupra sa. Această deoarece copiii sunt confruntați zilnic la şcoală cu noi experiențe pe care le trăiesc extrem de intens.

3 Joc de rol

Moderatorul va propune participanților un joc de rol, desfăşurat în diade în care participanții sunt o mamă şi un copil. Mama va trebui să-şi mângâie sau să-şi îmbrățişeze copilul în funcție de vârsta pe care o are. Rolurile se vor schimba, apoi fiecare va fi întrebat cum s-a simțit în cele două posturi:cea în care acordă mingieri şi cea în care primeşte.

Încheierea şedinței: Împărtăşirea experiențelor avute, tema pentru acasă.

Se va face rondul final prin care membrii grupului îşi împărtăşesc cum s-au simțit, ce au aflat nou, cu ce gînduri pleacă acasă.

Tema pentru acasă: Să-şi facă timp în săptămîna care urmează să urmărească reacția copilului la mîngiere sau alt tip de contact fizic. Este el încîntat? Respinge contactul fizic?

Referințe: ”Cap 1. Limbajul nr.1 de iubire: mingiierile fizice din “Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor “Gary Chapman, Ross Campbell

Analiza şedinței nr. 5

Au participat 4 mame, din care una pentru prima oară.

Toate mamele, inclusiv coordonatorul grupului şi asistentul au vorbit despre contactul fizic cu tatăl şi cu mama. Multe dintre participante au vorbit şi despre lipsa acestui contact fizic cu unul dintre părinți sau cu ambii, lipsă care s-a resimțit mai tîrziu în modul de relaționare cu partenerul sau cu copiii.

Fiecare mamă a vorbit despre modalitățile de contact fizic diferențiat pe care îl are cu fiecare dintre copiii săi, în funcție de sexul copiilor.

Una din mame a vorbit despre relația cu fiica ei mai mare în vârstă de 7 ani pe care o consideră ”prea mare “ca să mai primească mîngîieri.

Deşi nici una din mamele prezente nu avea copii la vârsta adolescenței s-a vorbit şi despre contactul fizic la această vârstă ce trebuie diferențiat în funcție de sexul copiilor. Nu s-a păstrat în mod clar structura interviului preferindu-se să se pună accent pe descrierile mamelor privind relația fizică cu copiii.

Jocul de rol care presupunea efectuarea unui gest de apropiere fizică (îmbrățişat, mîngîiat etc.) în două roluri alternative: mamă şi

copil, a surprins participantele şi doar una din cele 4 mame prezente a fost de acord să intre în acest exercițiu.

La analiza exercițiului s-a urmărit identificarea şi recunoaşterea emoțiilor, senzațiilor trăite în cele două posturi. Una din mamele care nu au participat la jocul de rol a recunoscut că senzația de disconfort e cauzată de lipsa contactului fizic cu mama sa în copilărie.

Obiectivele şedinței au fost îndeplinite, mamele avînd ca temă pentru data viitoare să urmărească reacția copilului la mîngiere sau alt tip de contact fizic.

Şedința nr.6

Limbajul nr. 2 de iubire: Cuvintele

Obiective:

- Să conştientizeze impactul pe care-l au cuvintele pozitive cât şi negative
- Să înțeleagă importanța cuvintelor de încurajare în reuşitele copiilor de fiecare zi;
- Dezvoltarea simțului de responsabilitate asupra propriilor cuvinte.

Tehnici de lucru:

- Joc creativ: grupul statuar
- Prezentare
- Dialog
- Joc de rol

Competențe specifice:

1. Dezvoltarea capacității de interacțiune deschisă cu ceilalți membri ai grupului în realizarea sarcinilor
2. Conştientizarea importanței cuvintelor folosite în comunicare în general şi în comunicarea cu copilul în special.

Obiective operaționale:

1. Să-şi amintească momente când au primit cuvinte de încurajare din partea părinților;
2. Să enumere câteva situații când şi-au încurajat copiii;
3. Să descopere alte cuvinte prin care îşi pot încuraja/lăuda/aprecia/ copilului
4. Să învețe să-şi ceară scuze de la copii pentru cazurile în care mânia chiar justificată a afectat relația cu copilul şi să-şi însuşească o modalitate de a înlocui cuvintele furioase cu o exprimare.

Activități introductive: Joc "Grupul statuar "

Un membru al grupului va adopta o poziție în spațiu şi va rămîne în acea poziție ca şi cum ar fi o statuie. Apoi fiecare va lua o poziție în funcție de celălalt avînd dreptul să modifice un singur lucru la cel dinaintea lui. La final va rezulta un grup statuar care va reflecta relațiile existente în cadrul grupului de părinți.Toți participanții vor spune cum s-au simțit după acest exercițiu.Va urma analiza exercitiului şi împărtăşirea experiențelor avute.
(se va observa structura generala şi rolul adoptat de fiecare pentru sesizarea elementelor de dinamică a grupului de participanți)

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței:

1. *Scurtă recapitulare a temei trecute, trecerea în revistă a temei pentru acasă* (observarea reacției copilului la exprimarea afecțiunii prin diferite forme de contact fizic)
2. *Prezentarea moderatorului: Importanța cuvintelor în formarea imaginii de sine a copilului*

Imaginea de sine a copilului se formează în primii ani în cea mai mare parte din ceea ce-i spun părinții despre el. Cel puțin pînă la 7 ani când copilul iese “ în lume”, părinții sunt aproape singura lui oglindă. Ceea ce spun părinții despre copil în diferite moduri va fi definitoriu pentru modul cum se raportează la sine viitorul adult.

Cuvintele afectuoase şi tandre, cuvintele de laudă şi de încurajare, cuvintele care dau un imbold pozitiv, toate spun „tin la tine”. Deşi se spun cu uşurință, asemenea cuvinte se uită greu. Copilul înțelege înainte de a se putea exprima şi sesizează cu uşurință natura cuvîntului din tonul vocii, mimică. Pentru el aceste cuvinte sunt definitorii.

Cuvinte de genul: “ce frumoasă eşti!”, “ce deşteaptă eşti!” spuse unei fetițe sau: “ce băiat curajos are tata!” spuse unui băiat, sunt cuvinte care vor fi reținute toată viața şi vor sta la baza formării identității sexuale şi intelectuale ale copiilor. Pe de altă parte, vorbele tăioase adresate copilului pot dăuna părerii bune de

sine şi pot arunca îndoieli asupra capacităților sale. Copiii sunt convinşi că noi credem sincer ceea ce le spunem.

Cuvintele de laudă. Ne exprimăm o laudă legat de ceea ce face copilul fie când reuşeşte ceva, fie pentru comportament ori pentru o atitudine conştientă. E foarte important să fie bine plasate.

Dacă lăudați prea des sau la întâmplare, cuvintele nu vor avea efect pozitiv prea mare. Copiii se obişnuiesc atât de tare cu ele, încât presupun că este ceva firesc şi se aşteaptă să li se acorde pur şi simplu. Este mai eficient să spuneți acest lucru atunci când copilul a făcut ceva de care se simte mândru şi aşteaptă un compliment.

Cuvintele de afecțiune şi tandrețe

Afecțiunea şi iubirea înseamnă exprimarea recunoaşterii existenței pur şi simplu a copilului. Copiii receptează mesaje emoționale cu mult înainte să poată înțelege cuvintele. Ceea ce înțeleg sugarii atunci când părinții le vorbesc depinde de ceea ce văd pe chipul nostru şi de sunetele afectuoase combinate cu apropierea fizică. Iubirea este o ideee abstractă. Copiii au tendința să gândească concret. Cuvintele „te iubesc" pot fi înțelese de copil când sunt asociate cu sentimente afectuoase ceea ce adesea înseamnă o apropiere fizică.

Cuvintele de încurajare

Încercăm să le dăm curaj copiilor pentru a reuşi în mai multe

situații. Pentru un copil mic, aproape orice experiență este ceva nou. Să învețe să umble, să vorbească sau să meargă pe bicicletă, toate acestea presupun un curaj constant. Prin cuvintele noastre, îl încurajăm sau îl descurajăm în eforturile sale. Când merge la şcoală are parte de multe experiențe unele pozitive, unele negative. Este important sa apreciem nu doar reuşita ci şi comportamentele pozitive în general.

Ne încurajăm copiii şi în momentele când îi apreciem pentru ceea ce au făcut. De exemplu: „Am observat că i-ai dat şi fratelui tău mai mic nişte plastilină să se joace. Mi-a plăcut asta.

Viața e mai uşoară atunci când învățam să împărțim totul cu ceilalți.” Asemenea comentarii îi dau copilului o motivație interioară suplimentară pentru a se lupta cu sentimentul natural de a fi egoist.

Exprimarea emoțiilor negative față de copil: De cele mai multe ori ne descărcăm furia pe copil prin cuvinte grele pe care mai apoi sfîrşim prin a le regreta. Copiii nu prea au cum să riposteze iar cuvintele spuse la minie: jignirile, învinuirile, ironia, minimalizarea provoacă răni adînci în sufletul unui copil. Cu cât un părinte este mai mânios, cu atât se va descărca mai tare pe copii. Rezultatul va fi că aceşti copii îşi pot forma o imagine de sine negativă, pot deveni nesiguri şi se pot autoinvinovati pentru orice sau pot deveni recalcitranți (nesupuşi, încăpățânați) la ideea de autoritate.

3. Interviu semistructurat de grup;

- Vă rog să vă amintiți momente din copilărie când ați fost încurajată sau lăudată? Cum vă alintau părinții voştri?Cum vă simțeați? Ce impact au avut asupra voastră mai tîrziu acele cuvinte?
- Cuvinte de laudă; Când şi cum le adresați copiilor voştri cuvinte de laudă?
- Cuvintele de încurajare;Când şi cum îi încurajați pe copiii voştri?
- *Cuvintele de afecțiune şi tandrețe:* Cum îi alintați pe copiii voştri? Când şi cum le spuneți "te iubesc"?
- *Cum să ne controlăm mânia?* Ce faceți când sunteți miniosi/nervoşi pe copiii voştri?

O mare influență asupra reacției copilului o are tonul vocii pe care părintele îl foloseşte atunci când i se adresează. Este nevoie de mult exercițiu pentru a învăța să vorbeşti blând. Când suntem tensionați, putem învăța să vorbim în prezența copiilor pe un ton plăcut, adesea terminându-ne propozițiile printr-o întrebare, atunci când este posibil, şi nu printr-o poruncă. Când ceva ne supără, de fapt acel ceva este comportamentul copilului şi nu copilul în sine. Îndreptînd atenția asupra comportamentului putem evita autoinvinovatirea copilului sau formarea unei imagini de sine

negative*: „Cum ai putut să faci aşa ceva? Nu eşti bun de nimic!”* poate fi înlocuit cu „*M-a supărat foarte tare ceea ce ai făcut. Mă aştept ca data viitoare să nu se mai repete/să repari ceea ce ai stricat.”*

3. Jocul de rol

Se va juca rolul de mamă şi de copil. “Copilul” imaginează o situație la care “mama” va trebui să găsească cuvinte de încurajare, de laudă, de afecțiune şi să se adreseze copilului cu voce tare. Se vor schimba rolurile iar la final mamele vor fi întrebate cum s-au simțit în fiecare rol şi care tip de cuvinte le-a fost mai dificil să le rostească.

Încheierea şedinței: Împărtăşirea experiențelor trăite, tema pentru acasă

După rondul de grup în care fiecare va spune cum s-a simțit, ce-a învățat nou, cu ce gînduri pleacă, mamele vor primi ca temă pentru acasă:

1. să găsească un mod alternativ de a reacționa la mînie
2. să găsească prilejuri să le spună copiilor acele cuvinte care le-au identificat în jocul de rol ca fiind greu de rostit .

Referințe: Cap.2 Limbajul nr. 2 de iubire; Cuvintele de încurajare din "Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor" pg.43-55 Gary Chapman, Ross Campbell

Analiza şedinței nr. 6

Au participat 3 mame.

Toate mamele au vorbit despre comunicarea cu părinții, exemplificând cu modalitățile în care erau încurajate, lăudate sau alintate de către părinți. Participantele au vorbit şi despre lipsa încurajărilor sau laudelor din partea părinților, lipsă care s-a resimțit mai tîrziu în modul de relaționare cu partenerul sau cu copiii iar una dintre participante a relatat modul cum a afectat jignirile aduse de părinți modul în care s-a privit pe ea însăşi timp de mulți ani.

Ca urmare s-a vorbit despre cuvintele "etichetă "care jignesc şi afectează imaginea de sine a copiilor şi despre cum putem înlocui în situațiile de conflict cuvintele "etichetă "care afectează şi rănesc cu referirile la comportament care stimulează schimbarea.

Răspunzînd întrebărilor coordonatorului, mamele prezente au dat exemple din modul în care îşi încurajează, laudă, alintă copiii. Unele au recunoscut că nu obişnuiesc să rostească prea des astfel de cuvinte deoarece nici ele nu au fost obişnuite cu un astfel de comportament din partea părinților.

În cadrul jocului de rol participantele au trebuit să fie pe rînd mamă şi copil, imaginindu-şi situații în care mama rosteşte cuvinte de încurajare, laudă şi afecțiune după caz.

La analiza exercițiului s-a urmărit identificarea şi recunoaşterea emoțiilor, senzațiilor trăite în cele două posturi. Obiectivele şedinței au fost îndeplinite, mamele avînd ca temă pentru data viitoare să găsească ocazii să le spună copiilor acel tip de cuvinte pe care le-au identificat în jocul de rol ca fiind greu de rostit (cuvinte de încurajare, laudă, afecțiune etc)

Şedința nr 7

Limbajul nr. 3 al iubirii „timpul oferit”.

Obiective

- Să cunoască semnificația „timpului oferit” copilului;
- Să învețe să ofere un contact vizual pozitiv cu copilul;
- Să învețe cum să impartasesca sentimente, experiențe personale copilului;
- Să învețe să-şi asculte activ copilul;

Tehnici de lucru:

- Prezentare
- Interviu semistructurat
- Joc de rol

Obiective operaționale:

- Să răspundă la întrebările adresate de coordonator referitoare la tema sesiunii
- Să participe activ la discuțiile din cadrul grupului
- Să identifice şi alte modalități prin care putem oferi timp copilului

Durata: 2 h

Activitatea introductivă: Împărtăşirea experiențelor avute, tema pentru acasă

Moderatorul va întreba mamele ce s-a mai întîmplat semnificativ de săptamina trecută, va întreba de tema întâlnirii anterioare. Mamele vor vorbi despre momentele în care şi-au putut stăpîni mînia şi/sau despre reacția copiilor lor la cuvintele de încurajare sau laudă rostite.

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței:.

1. Prezentarea temei: limbajul nr.3 al iubirii „timpul oferit”.

Mulți copii au nevoie de toată atenția din partea părinților. Într-adevăr, mare parte din comportamentul nedorit al copiilor are la bază încercarea de a sta cât mai mult cu mămica şi taticul. În ultima vreme, s-a vorbit mult despre atenția acordată pentru că în tot mai multe familii ambii soți lucrează sau copiii sunt crescuți de un singur părinte. Chiar şi copiii iubiți sincer de părinți au rezervoarele de iubire goale şi puțini sunt cei care ştiu ce e de făcut. Timpul oferit se bazează pe atenția dată copilului.

Asta înseamnă o atenție neîmpărțită. Timpul oferit este darul pe care părintele îl oferă prin prezența sa fiecărui copil în parte.E

modul prin care părintele îi transmite: ”esti important pentru mine, îmi place să fiu cu tine.”

Celor mai mulți sugari li se acordă foarte mult timp. Numai alăptatul şi schimbatul solicită ore întregi de atenție din partea părinților. În acest timp un frate se poate simți neglijat şi poate adopta un comportament neadecvat, fără ca ceilalți să-şi dea seama ce se întimplă cu el.

Pe măsură ce copilul creşte, e tot mai greu să-i acorzi foarte mult timp, pentru că aceasta presupune un sacrificiu real din partea părinților. A-i oferi copilului timpul necesar poate însemna renunțarea la o prioritate de pe lista de preferințe. Timpul oferit nu înseamnă să mergeți undeva anume în mod special. Puteți să-i dați toată atenția cuvenită aproape oriunde. A petrece timp cu copilul înseamnă nu doar a fi doar o prezență fizică ci şi a desfăşura a activitate împreună cu el, chiar a primi ajutor de la el la o muncă casnică.

Timpul oferit mai înseamnă şi a vă cunoaşte mai bine copilul. Pe măsură ce veți petrece mai mult timp împreună cu copiii, veți constata că reuşiți în mod firesc să vorbiți despre tot ceea ce contează în viața lor. Atunci când părintele îşi învață copilul cum să spele vasele, sau cum să se comporte la şcoală se crează un mediu propice în care se pot aborda subiecte mai importante.

2. Interviu semistructurat de grup;

(Moderatorul poate aduce completări, sugestii după ce mamele au răspuns la întrebări)

- Din cîte vă amintiți aveați un moment al zilei sau al saptaminii pe care-l petreceați cu părinții voştri? Ce făceați de regulă împreună?
- Aveți momente speciale pe care le petreceți cu fiecare din copiii voştri? Descrieți.
- Ce putem face atunci când petrecem timp cu copiii noştri?

Ne putem juca jocul lui favorit, putem alege un joc care să-l jucăm întreaga familie, ne putem plimba, face cumpărături dacă e vorba de copii mai mari, putem face treburile casnice cu ajutorul copiilor astfel încât şi ei să se simtă utili şi capabili şi în acelaşi timp să petreacă timp cu noi, sport, alte activități care-l pasionează pe copil, împărtăşirea experiențelor etc.

- Când oferim timp copiilor noştri?

În momentele importante ale vieții lor. Atunci când învață să se târască, puteți să stați lângă ei pe jos. Când fac primii paşi, ar trebui să le fiți aproape, încurajându-i să continuie. Când ajung să se joace în nisip sau când învață să arunce mingea sau să dea cu piciorul în ea, e bine să fiți prezenți. Când lumea lor se extinde,

ajungându-se la şcoală şi la tot felul de lecții, trebuie întotdeauna să țineți pasul cu ei.

Cu cât copilul este mai mare, cu atât fi mai greu, mai ales dacâ veți încerca să găsiți un timp anume pentru fiecare copil. Unui adolescent poate că nu-i place să petreacă timp cu “babacii” dar de fapt el are nevoie de o abordare plină de tact prin care să-i respectăm intimitatea dar şi care să-l faca să simtă că îi suntem alături în crizele existențiale ale adolescenței.

- Ştiți să vă ascultați copilul?

Vi s-a întâmplat ca cineva apropiat, ca de exemplu părinții să nu vă privească în ochi atunci când au fost supărați pe dumneavoastră? Ce ați simțit?

Timpul oferit copilului trebuie să presupună şi un contact vizual plăcut şi plin de afecțiune. A vă privi copilul în ochi este o modalitate foarte eficientă de a transmite iubirea dumneavoastră copilului. Studiile au arătat că majoritatea părinților folosesc contactul vizual mai ales în mod negativ, atunci când ceartă un copil sau îi dă instrucțiuni foarte precise.

Dacă vă priviți astfel copilul doar când el vă face pe plac, veți cădea în capcana iubirii condiționate. Asta poate afecta negativ pentru totdeauna dezvoltarea personală a copilului dumneavoastră. Uneori membrii unei familii refuză să se privească unul pe altul pentru ca astfel să-l pedepsească pe celălalt. Vă amintiți

asemenea tratamente din partea părinților în copilărie? Acest lucru are o influență negativă asupra părerii despre sine pe care şi-o vor forma ulterior copilul.

Joc de rol: ascultarea activă

Moderatorul le va vorbi mamelor despre elementele ascultării active: contact vizual, poziție relaxată uşor înclinată spre ascultător, încurajări verbale ;

Grupate în diade, mamele vor exersa abilitatea de a-si asculta copilul, folosind contactul vizual pozitiv, încurajările verbale, eventual atingerile încurajatoare etc., după care vor schimba rolurile. La final, vor fi întrebate cum s-au simțit în cele două roluri, de ascultător şi de ascultat, fiecare mamă trebuind să-şi evalueze partenera dacă a reuşit sau nu să fie un bun ascultător.

Încheierea şedinței: Rezumatul şedinței, împărtăşirea experiențelor avute, tema pentru acasă

După un scurt rezumat al şedinței, moderatorul va cere fiecăruia să se gîndească la un moment special pe care mamele să şi-l petreacă cu fiecare din copiii lor (dacă acesta nu există încă) sau la ceva alternativ pe care l-ar putea face împreună.

Fiecare părinte va trebui să-şi planifice timp pe care să-l petreacă cu fiecare copil în parte. După care va trebui să pună în

practică până data viitoare când vor fi întrebați ce efect a avut asupra fiecărui copil timpul oferit.

Referințe;" Cap.3 Limbajul nr. 3 de iubire: Timpul acordat din "Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor" pg.43-55 Gary Chapman, Ross Campbell

Analiza şedinței nr. 7

Au participat 4 mame.

Toate mamele inclusiv coordonatorul grupului, asistentul au vorbit despre momentele speciale petrecute cu mama sau cu tata, oferind exemple din copilărie. Participantele au vorbit despre lipsa unor astfel de momente speciale mai ales în familiile în care pe primul loc era munca. Răspunzînd întrebărilor coordonatorului, mamele au vorbit despre momentele speciale pe care le petrec cu copiii lor. F.I a recunoscut că petrece fizic mult timp în apropierea copiilor ei de cinci şi de trei ani, dar emoțional nu este alături de ei fiind prea ocupată de conflictele cu soțul, de lipsa resurselor financiare etc. Este tot timpul tristă şi indisponibilă emoțional pentru copiii ei. A recunoscut că îşi respinge în special băiețelul mai mare atunci când acesta încearcă să se joace cu ea. A.D a recunoscut că petrece prea puțin timp jucindu-se cu fiica mai mare de 7 ani considerînd-o mai mult ajutorul sau în îngrijirea celorlați doi copii mai mici decât doar un copil.

Răspunzînd întrebărilor coordonatorului, participantele au vorbit despre cum şi ce pot face împreună cu copiii lor în momentele speciale petrecute cu ei şi mai ales dacă şi când are nevoie un copil de astfel de momente.

În cadrul jocului de rol mamele şi-au exersat abilitatea de a-si asculta copilul, folosind contactul vizual pozitiv, încurajările verbale, eventual atingerile. Obiectivele şedinței au fost îndeplinite, mamele avînd ca temă pentru data viitoare să-şi planifice un timp pe care să-l petreacă cu fiecare copil în parte şi să le urmărească reacțiile pe care le au.

Şedința nr. 8

Limbajul nr. 4 al iubirii: „darurile”

Obiective:

- Să perceapă care este semnificația darurilor pe care le facem copilului;
- Să facă diferența între dar, plată, răsplată, mită;
- Să învețe cum să ofere daruri ca expresie a iubirii lor față de copil;
- Să învețe să nu folosească darurile ca înlocuitor al lipsei de implicare personală în viața copiilor;

Tehnici de lucru:

- Prezentare
- Interviu semistructurat de grup

Competențe specifice:

1. dezvoltarea capacității de interacțiune deschisă cu ceilalți membrii ai grupului
2. conştientizarea modului principal în care oferă daruri copilului (ca substitut sau recompensă sau ca gest de afecțiune)

Activitatea introductivă. Împărtăşirea experiențelor avute, scurtă recapitulare a şedinței anterioare, verificarea temei pentru acasă

Coordonatorul va întreba mamele ce s-a mai întîmplat semnificativ de săptămîna trecută, apoi va face o scurtă recapitulare a ceea ce s-a discutat la sesiunea anterioară, solicitînd sprijin şi din partea membrilor grupului. Coordonatorul grupului va întreba mamele despre reacția copiilor la timpul petrecut împreună în urma planificării de data trecută.

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței: Prezentarea temei

Oferirea şi primirea de daruri pot exprima cu putere iubirea, fie pe moment, iar adesea chiar şi ani de zile mai târziu. Un dar oferit înseamnă "țin la tine, am vrut să-ți fac o bucurie"

Dacă darul este meritat atunci este o formă de răsplată. Adevăratul dar nu înseamnă o răsplată pentru unele servicii acordate; ci mai degrabă exprimă iubirea pentru o anumită persoană.

Atunci când un părinte îi oferă ceva în dar copilului care îşi face ordine în cameră, nu este vorba despre un dar propriu-zis, ci despre o răsplată pentru un serviciu făcut. Când un părinte îi promite copilului o înghețată la cornet cu condiția să se uite la televizor în următoarea jumătate de oră, înghețata nu mai este un dar, ci o mită, căci urmăreşte manipularea comportamentului copilului. Chiar dacă acel copil probabil că nu cunoaşte cuvintele plată sau mită, înțelege ideea. Un dar este oferit de bunăvoie, nu

ca o recompensă pentru confirmarea unor aşteptări, ci pur şi simplu ca să-i faci celuilalt o bucurie.

Un dar spune “cand tu te bucuri şi eu mă bucur, dorințele tale sunt importante pentru mine “.

Uneori este tentant să vă copleşiți copiii cu cadouri ca substitut pentru celelalte limbaje de iubire. Din multe motive, părinții recurg uneori la cadouri în loc să fie cu adevărat prezenți în viața copiilor lor. Ca un înlocuitor al lipsei de implicare personală în viața copiilor mulți părinți exagerează cu cumpărarea de daruri. Ei încearcă să folosească dăruirea ca un leac universal. Acest abuz de daruri este foarte des întâlnit atunci când copilul locuieşte doar cu unul dintre părinți sau cu un tutore, în urma unui divorț sau a unei despărțiri îndelungate de luni sau ani de zile ca urmare a plecării în străinatate a unuia sau a ambilor părinți.

Părintele care nu a primit copilul în grijă sau care a fost mult timp plecat este adesea tentat să-şi copleşească fiul/fiica cu daruri, probabil şi din pricina suferinței pe care a reprezentat-o despărțirea ori dintr-un sentiment de vinovăție pentru că şi-a părăsit familia. Atunci când aceste daruri sunt exagerat de scumpe, prost alese sau folosite cu scopul de a arăta ce nu poate oferi părintele/tutorele care îl are în grijă sunt de fapt o formă de mituire, o încercare de a cumpăra afecțiunea copilului.

Acest lucru îi poate face uneori pe copii foarte materialişti şi manipulatori pentru că îi învață să se joace cu sentimentele oamenilor tocmai prin intermediul acestor cadouri folosite inadecvat. Acest tip de înlocuitor poate avea rezultate tragice în formarea caracterului copilului şi mai ales a integrității sale.

Interviu semistructurat de grup:

- Primeați daruri de la părinții voştri? Care daruri au trecut testul timpului şi de ce?
- Denaturarea oferirii de daruri; cînd şi în ce mod oferiți daruri? Oferiți daruri ca recompensă pentru confirmarea unor aşteptări sau uneori ca plată pentru mici servicii făcute de copii?
- Profitați la maximum de capacitatea de a oferi. Ce fel de cadouri oferiți? Sunt ele utile sau sunt măcar pe gustul copilului?

Favoarea de a dărui n-are prea mare legătură cu dimensiunea sau costul cadoului, ci doar cu iubirea. Probabil că vă amintiți de vreun bunic care va povestit cum a primit o portocală şi vreun obiect simplu de îmbrăcăminte la un Crăciun când erau ei mai tineri. Dacă nu oferim daruri ca expresie a iubirii, copiii s-ar putea să le perceapă ca „de la sine intelese”. Un dar oarecare poate să devină o formă de exprimare a iubirii: împachetați frumos noile haine pentru şcoală şi oferiți-le atunci când e toată lumea adunată la cină

de exemplu. Dacă le dăruiţi frumos, vreţi să fie primite frumos, indiferent dacă este un cadou mare sau mic.

Copiii îşi doresc multe lucruri, unele de care aud la un prieten sau le văd în reclamele la TV. Nu toate sunt utile, nu toate înseamnă ceva. Dacă ne dăm de ceasul morţii încercând să-i facem pe plac copilului, el nu va mai şti care sunt limitele, care sunt lucrurile posibile şi care nu. În plus trebuie să fiu atent şi la ce mesaj comunică această jucărie copilului meu. Are un efect pozitv sau negativ? Nu cumpăraţi niciodată jucării inutile, mai ales dacă nu vi le puteţi permite. Nu toate jucăriile trebuie să aibă o valoare educaţională dar cel puţin să servească unui scop pozitiv în viaţa copiilor dumneavoastră.

- *Ce fel de cadouri le plac fiecăruia dintre copiii dumneavostra?*

În afară de cele de Crăciun sau aniversări, majoritatea darurilor ar trebui alese împreună cu copiii. Acest lucru este valabil mai ales pe măsură ce copilul creşte şi are propriile lui gusturi în legătură cu hainele, încălţările, genţile etc.

Nu toate darurile se cumpără de la magazin. Puteţi oferi lucruri speciale confecţionate de dumneavoastră înşivă: un desen frumos, un pulover împletit, o jucărie confecţionată în casă, flori culese, multe lucruri pot deveni daruri atunci cînd sunt frumos împachetate sau oferite cu imaginaţie

- *Vi s-a întâmplat să observați vreodată când ați oferit daruri copiilor dumneavoastră. ca nu toți să fie la fel de încântați?*

Nu toți copiii preferă darurile. Sunt adolescenți care ar prefera să ştie că au mai multă libertate sau că părinții au mai multă încredere în ei decât să primească diverse obiecte. Dacă un copil nu este foarte încîntat de ceea ce a primit poate fi pentru că el îşi dorea cu totul altceva, fie un alt obiect sau altceva de altă natură. Forma prin care ne exprimăm iubirea trebuie să corespundă nevoii copilului, vîrstei, personalității sale.

Încheierea şedinței: Rezumatul şedinței, împărtăşirea experiențelor avute, tema pentru acasă

După un scurt rezumat al şedinței, moderatorul va cere fiecăruia să se gîndească la alte daruri pe care le-ar putea face copiilor lor, altele decît cele pe care le fac mod obişnuit.

Referințe; Cap.4 Limbajul nr. 4 de iubire; Darurile din "Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor" pg.43-55 Gary Chapman, Ross Campbell

Analiza şedinței nr.8

Au participat 5 mame.

Toate mamele, inclusiv coordonatorul grupului asistentul au vorbit despre acele daruri speciale primite în copilărie care au trecut

testul timpului, au însemnat ceva pentru fiecare.

Participantele au relatat experiențe din copilăria lor. De exemplu coordonatorul grupului a relatat experiența unui Craciun în care a primit cea mai frumoasă papuşă din viața ei dar cu care ulterior i s-a interzis să se joace pentru că era folosită drept papuşă bibelou în sufragerie. Acea experiență a fost una neplăcută pe care şi-o reaminteşte destul de des.

Răspunzînd întrebărilor coordonatorului, mamele prezente au vorbit despre ce fel de daruri oferă copiilor lor şi când. O participantă a recunoscut că îşi răsfață prea mult copilul de trei ani cu jucării pentru a compensa într-un fel timpul puțin pe care-l petrece cu el. S-a vorbit despre darul folosit ca şi compensare sau ca şi plată pentru mici servicii. F.I a recunoscut şi ea că uneori compensează lipsa de disponibilitate pentru copiii săi cu diferite dulciuri sau jucării.

F.I este tot timpul tristă şi nefericită şi îşi respinge în special băiețelul mai mare atunci când acesta încearcă să se joace cu ea. În consecință şi acesta este agresiv cu sora mai mică care primeşte mai multă atenție pozitivă. A.D a recunoscut că petrece prea puțin timp jucîndu-se cu fiica mai mare de 7 ani considerînd-o mai mult ajutorul său în îngrijirea celorlați doi copii mai mici decât doar un copil. În consecință fiica mai mare preferă să stea mai mult în brațe la bunicul.

Răspunzînd întrebărilor coordonatorului, participantele au vorbit despre cum şi ce pot face împreună cu copiii lor în momentele speciale petrecute cu ei şi mai ales dacă şi când are nevoie un copil de astfel de momente.

La finalul şedinței participantele şi-au împărtăşit impresiile. Obiectivele şedinței au fost îndeplinite, mamele avînd ca temă pentru data viitoare să se gîndească la alte daruri pe care le-ar putea face copiilor lor, altele decât cele pe care le fac în mod obişnuit.

Şedința nr. 9

Limbajul nr. 5 al iubirii: „Serviciile”

Obiective:

- Să înțeleagă semnificația limbajului de iubire „serviciile”;
- Să conştientizeze că serviciile solicită din punct de vedere fizic şi emoțional;
- Să învețe să ofere servicii copiilor în funcție de vârstă ;
- Să învețe să ofere servicii şi partenerului de viață în special, şi altor persoane;
- Să enumere câteva tipuri de servicii pe care copilul le poate face părinților

Tehnici de lucru:

- Prezentare
- Interviu semistructurat

Durata: 2h

Competențe specifice:

1. dezvoltarea capacității de interacțiune deschisă cu ceilalți membrii ai grupului
2. să participe activ la discuțiile din cadrul grupului;

Activitatea introductivă: *Împărtăşirea experiențelor avute, scurtă recapitulare a şedinței anterioare, tema pentru acasă*

Coordonatorul va întreba mamele ce s-a întîmplat semnificativ de la ultima intrevedere, apoi va face o recapitulare a ceea ce s-a discutat la sesiunea anetrioară, solicitînd sprijin din partea membrilor grupului. Coordonatorul grupului va solicita mamele să vorbească despre ce alte daruri au oferit sau s-au gîndit să le ofere copiilor.

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței. *Prezentarea temei*

Tema de astăzi se numeşte limbajul nr.5 al iubirii „serviciile”.

Unii oameni au ca principal limbaj de iubire serviciile. Chiar dacă nu e cazul copilului dumneavoastră, trebuie să ştiți că a fi părinte înseamnă să ai vocație de persoană dispusă să facă diverse servicii. În ziua în care ați aflat că veți fi părinte practic v-ați înrolat într-un serviciu cu normă întreagă.

Desigur că părinți fiind, vă serviți copiii, dar principala motivație nu este neapărat aceea de a-i mulțumi. Scopul de bază este să faceți ceea ce e mai bine pentru ei. Ce anume i-ar încânta cel mai mult pe copii în momentul respectiv nu este neapărat cea mai bună cale de exprimare a iubirii dumneavoastră. Trebuie să faceți pentru copiii dumneavoastră ceea ce ei nu pot face. Atunci când vă serviți copiii principala motivație trebuie să fie binele lor. Scopul final al

serviciilor făcute copiilor este de a-i ajuta să devină adulți capabili să se descurce singuri, inclusiv să ofere iubire altora fără să aştepte o recompensă specială.

Serviciile pline de iubire sunt un dar, nu o necesitate şi se fac de bunăvoie, nu din obligație. Atunci când părinții nu mai au resurse emoționale şi fizice şi îşi servesc copiii cu resentimente şi fără chef, chiar dacă nevoile fizice ale acestora sunt satisfacute, dezvoltarea lor emoțională pe termen lung va avea de suferit. E mai bine să spui unui copil; ”Imi pare rău, acum sunt obosită şi nu mă simt bine, am să te ajut mai târziu la lecții “ decât să te rățoieşti la el făcîndu-l să se simtă vinovat că te-a solicitat. Chiar dacă tu nu crezi , copii pot înțelege foarte multe.

Aceste servicii nu trebuie să fie o manifestare a unei iubiri condiționate. Atunci când părinții se dedică mai mult copiilor lor doar când sunt mulțumiți de comportamentul acestora, asemenea servicii sunt condiționate. Copiii noştri vor învăța să facă diverse lucruri pentru ceilalți, doar dacă acest lucru le aduce foloase.

Interviu semistructurat de grup;

- Vă amintiți ce servicii făceau părinții voştri pentru dumneavoastră? Ce ați învățat din ceea ce făceau ei pentru familie?

- Ca să vă puteți îndeplini cât mai bine rolul d-voastră de părinte de ce credeți că ați avea nevoie? Se vor completa răspunsurile grupului cu ideile de mai jos dacă e cazul.

Serviciile solicită din punct de vedere fizic şi emoțional. De aceea trebuie să fim foarte atenți la sănătatea noastră. Toți avem nevoie de un somn echilibrat, hrană sănătoasă, relaxare. Pentru sănătatea familiei este nevoie de o relație de sprijin reciproc în căsnicie. Deoarece copiii au nevoie de o mamă şi un tată care să le fie un model de echilibru, faptul că găsiți timp pentru relația conjugală are un rol esențial în a reuşi să fiți părinți buni.

- Cu ce sunt diferite serviciile pe care le fac pentru un copil de trei ani de cele pe care le fac pentru unul de 8? de 12?

Sigur că la şase ani nu le mai dați să mănânce cu ligurința. Pentru copilul de patru ani, să-i faceți patul este un serviciu. La opt ani şi-l poate face şi singur. Copiii nu trebuie să aştepte să ajungă la liceu pentru a învăța să gătească, să dea cu mătura, să spele vasele. Dacă părinții sunt prea ocupați pentru a-şi învăța copiii să-şi spele rufele sau sunt prea perfecționişti ca să-i lase s-o facă, înseamnă că nu-i iubesc pe aceşti copii ci îi dezavantajează.

- Enumerați servicii pe care copiii d-voastră le fac pentru voi sau pentru familie.

Se vor completa răspunsurile grupului cu ideile de mai jos.

Noi suntem modele pentru copiii. Pe măsură ce se maturizează, copiii observă tot mai mult ce se face pentru ei şi sunt conştienți şi de ceea ce s-a făcut în trecut. Sigur că nu-şi mai amintesc cum li s-au schimbat scutecele şi cum au fost alăptați. Dar văd alți părinți că procedează astfel cu sugarii lor şi-şi dau seama că s-au bucurat de aceleaşi privilegii. Fiind siguri că sunt iubiți cu adevărat, devin capabili să aprecieze altfel serviciile pe care le faceți pentru ei.

Încheierea şedinței: *Rezumatul şedinței, împărtăşirea impresilor, tema pentru acasă*

După un scurt rezumat al şedinței şi împărtăşirea impresiilor mamelor, moderatorul va cere fiecăruia să identifice care este limbajul de iubire al copilului său plecând de la următoarele întrebări.

Tema pentru acasă:

Descoperirea principalului limbaj de iubire al copilului nostru

1. Observați felul în care copilul îşi exprimă iubirea față de dumneavoastră.

Umariti-vă cu atenție copilul: se prea poate să se exprime în propriul său limbaj de iubire.

Acest lucru este valabil în special în cazul copiilor mici, care îşi exprimă iubirea în limbajul în care îşi doresc să o primească. Dacă un copil între cinci şi opt ani vă face deseori complimente, cum ar fi: „Mamico, ce mi-a plăcut cina! Sau „taticule, mulțumesc, m-ai

ajutat la lectii”, „te iubesc mămico”, pe dreptate puteți bănui că principalul său limbaj de iubire este limbajul, cuvintele de încurajare. Acesta este cazul cel mai adesea al copiilor între cinci şi zece ani.

2. Observați felul în care copilul dumneavoastră. îşi exprimă iubirea față de ceilalți.

Dacă puştiul de clasă întâi îşi doreşte mereau să ducă daruri învățătoarei, acesta ar putea fi un indiciu că principalul său limbaj de iubire sunt darurile. Un copil al cărui limbaj sunt darurile are marea plăcere de a cumpăra cadouri şi altora, dorindu-şi ca aceştia să se bucure în aceeaşi măsură. El presupune că aceştia vor simți ceea ce simte el atunci când primeşte un cadou.

3. Ascultați cu atenție care sunt cele mai dese rugăminți ale copilului dumneavoastră.

Dacă el se roagă deseori să faceți sport împreună, să vă plimbați sau să stați să îi citiți ceva, înseamnă că doreşte să-i acordați mai mult timp. Dacă această rugăminte se potriveşte acestui model de limbaj, înseamnă că şi-o doreşte mai presus decât orice şi are nevoie de atenția dumneavoastră totală. Evident că toți copiii au nevoie să li se dea atenție; dar în cazul celor care primesc mai profund iubirea în acest fel, rugămințile de a petrece timpul împreună sunt mai frecvente decât la ceilalți.

4. Observați care sunt lucrurile de care se plânge cel mai des copilul dumneavoastră.

Această abordare are legătură cu cea anterioară; însă în loc să ceară în mod direct ceva, de data aceasta copilul se plânge că nu primeşte ceva din partea dumneavoastră. Dacă spun „niciodata nu-ți găseşti timp pentru mine” sau: „mereu ai grijă de cel mic” sau: „noi nu mergem niciodată în parc”, atunci probabil că îşi dezvăluie o formă de frustrare în raport cu fratele mai mic. El spune că de când a apărut acesta pe lume se simte mai puțin iubit. Prin aceste nemulțumiri, el cere în mod clar să i se acorde mai mult timp şi atenție.

Fiecare copil se mai plânge din când în când dar acesta nu e neapărat un indiciu al unui limbaj de iubire. Când plângerile devin o obişnuință şi se referă mai mult la unul dintre limbajele de iubire, atunci devin un indiciu .

5. Oferiți-i copilului posibilitatea de a alege.

Determinați-l pe copilul dumneavoastră să aleaga între două limbaje de iubire. De exemplu: “In weekend am ceva timp liber. Am putea să ne plimbăm sau să facem curătenie împreună. Ce alegi?”. Dacă veți oferi asemenea posibilități vreme de mai multe săptămâni, încercați să țineți socoteala alegerilor copilului. Uneori s-ar putea să nu aleagă nimic sau să sugereze altceva. Trebuie să țineți minte aceste rugăminți, pentru că ele deven un indiciu

important.

Referințe: Cap.5 Limbajul nr. 5 de iubire; Serviciile din "Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor" pg.43-55 Gary Chapman, Ross Campbell

Analiza şedinței nr. 9

Au participat 3 mame. Toate mamele, inclusiv coordonatorul grupului şi asistentul au vorbit despre ceea ce făceau tatăl sau mama pentru fiecare. Una din participante a vorbit şi despre situații în care simțea că părinții lor fac prea multe pentru ea, ceea ce o făcea să se simtă vinovată.

O participantă a recunoscut că se simte vinovată pentru o situație în care întreaga familie a încercat să-i fie pe plac şi cu toate acestea ea nu era mulțumită. Deşi unele lucruri pe care le fac par subînțelese, pentru părinți acestea înseamnă multe sacrificii pe care le înțelegem tîrziu, eventual abia din postura de părinți.

Răspunzînd întrebărilor coordonatorului, mamele prezente au vorbit despre serviciile pe care le fac ele pentru copiii lor, despre când fac astfel de servicii şi cum sunt diferențiate în funcție de vârsta şi abilitățile copilului

S-a vorbit şi despre ce au nevoie părinții că să poată face față cerințelor "meseriei" de părinte, despre echilibrul emoțional,

sănătate şi despre odihnă şi despre serviciile pe care le pot face copiii pentru părinți lor.

A.D a vorbit despre cîte poate face fetiță ei cea mai mare recunoscând în acelaşi timp că spre deosebire de alți copii fetița cea mare face chiar prea multe avînd grijă şi de frații mai mici, deşi are doar 7 ani.

După un scurt rezumat al şedinței şi împărtăşirea impresiilor, participantelor li s-a dat ca temă pentru acasă să identifice care este limbajul de iubire al copiilor lor plecând de la o grilă de întrebări.

Obiectivele şedinței au fost îndeplinite.

Şedința 10

Iubirea şi disciplina

Obiective generale:

- să-şi formeze abilitatea de a identifica cauza unui comportament disruptiv al copilului ;
- să ştie să trateze întîi cauza comportamentului ;
- să învețe modalități alternative de control al comportamentului.

Competențe specifice:

- să analizeze comportamentul copiilor lor în diverse situații
- să identifice cauza unui anumit tip de comportament
- să ofere soluții alternative la situații problematice cu care se confruntă.

Durata: 2 h

Tehnici de lucru:

- prezentarea
- interviu semistructurat

Activitatea introductivă: Împărtăşirea experiențelor avute, scurtă recapitulare a şedinței anterioare, tema pentru acasă.

Coordonatorul va întreba mamele ce s-a mai întîmplat semnificativ de săptămina trecută, apoi va face o scurtă recapitulare a ceea ce s-a discutat la sesiunea anterioară, solicitînd sprijin şi din partea membrilor grupului. Coordonatorul grupului va solicita mamele să vorbească despre principalul limbaj de iubire al copiilor lor.

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței.

Prezentarea temei. Disciplina şi limbajele iubirii

Disciplină înseamnă " a forma". De multe ori acest termen e asociat de prea multe ori cu pedeapsa. A disciplina nu înseamnă întotdeauna a pedepsi ci a învăța copilul să respecte anumite regului şi valori fără de care nici familia şi nici societatea nu ar putea funcționa.

Cel mai important atunci când vrem să corectăm un comportament nedorit este să ne punem întrebarea: Ce anume a determinat acel comportament nedorit? Care este CAUZA acelui comportament?

Dacă primul lucru pe care îl facem este să ne pedepsim copilul (mai ales folosind bătaia), nu tratam cauza ci efectul si nu vom obtine decit rezultate pe termen scurt. Pe termen lung comportamentul respectiv poate reaparea sau copilul se poate manifesta mai tîrziu sub altă formă.

De multe ori un copil care se comportă neadecvat suferă de lipsă de iubire. El fie e gelos pe fratele său mai mic sau mai mare care primeşte mai multă atenție, fie mama sau tatăl sunt prea ocupați sau sunt mult timp plecați de acasă ca să-i arate că-l iubesc sau există alte situații prin care un copil poate simți că nu este iubit. Un comportament neadecvat e de multe ori un mod prin care copilul spune “Uite-mă, exist ! Şi eu sunt aici dacă tu nu vrei să mă vezi”

De abia după ce ne-am întrebat care e cauza comportamentului nedorit şi ne-am asigurat că acest comportament nu a apărut din lipsă de iubire putem trece la disciplină. Este mult mai uşor să disciplinezi un copil când acesta se simte sincer iubit, în special dacă acel comportament neadecvat este o rezultantă a unui rezervor de iubire gol.

Înainte de a aplica o corecție unui comportament neadecvat al copilului nostru trebuie să ne întrebăm ce va înțelege copilul meu din ceea ce fac eu acum. Va înțelege că acel comportament ne-a deranjat şi că nu am vrea să se mai repete sau că noi ca şi părinți suntem autoritatea supremă şi putem aplica pedepse în mod arbitrar (ceea ce nu va duce decât la frustare şi al mânie)?! Un copil trebuie să fie conştient pentru ce anume i se aplică pedeapsa, acesta să fie discutată şi explicată eventual negociată astfel încât aplicarea ei să nu mai atît de frustrantă pentru el.

Interviu semistructurat de grup:

- Din cîte vă amintiți care au fost principalele metode pe care le-au aplicat părinții dumneavoastră pentru a vă disciplina? Ce părere aveți despre modul lor de a privi disciplina?
- Ce credeți că determină de regulă comportamentul neadecvat cel mai frecvent întîlnit al copilului dumneavoastră?
- Ce metodă folosiți de regulă în disciplinarea copiilor dumneavoastră?

(după ce mamele au răspuns la ultima întrebare, moderatorul va adauga următoarele idei ca şi sugestii sau recomandări alternative)

1. Comunicarea adecvată

Copiii voştri trebuie să ştie foarte bine ce anume aşteptați de la ei. Dacă cerințele voastre sunt neclare sau spuse într-un mod negativ (răstit, țipat etc) e foarte posibil ca reacțiile copiilor să nu fie tocmai cele pe care le aşteptați, uneori să fie exact contrariul. Cea mai indicată forma de comunicare a unei cerințe este cea prin care arătăm respect față de copil şi îl tratam ca pe un partener egal cu putere de discernămînt. O rugăminte, spre deosebire de un ordin, arată că îl respectăm pe copil, îl tratăm ca pe egalul nostru şi-i dăm posibilitatea de a alege.

Veți spune probabil: “daca-l rog, nu face nimic !”. Cu siguranță, dacă a fost învățat să facă doar la ordin, atunci când s-a țipat sau s-a răstit cineva la el, rugămintea nu va mai avea efect.

Formularea cerințelor sub formă de rugăminți este mult mai eficientă decât ordinele şi mai tîrziu copilul îşi va respecta mult mai mult părinții pentru că va simți nu doar că îi spun ce trebuie să facă, ci că ei sunt mai înainte de toate interesați de ceea ce este mai bine pentru el.

2.Imperativele

Comenzile sunt şi ele uneori necesare la momentul potrivit. Evident că rugămințile sunt superioare atunci când aveți de ales dar uneori, când rugămințile nu funcționează, sunt necesare şi comenzile. Atunci trebuie să fiți fermi, presupun un ton mai aspru, o voce mai apăsată şi o anumită inflexiune a vocii, dar e important de reținut că folosirea comenzilor nu stimulează responsabilizarea copilului. Cu cât folosiți mai mult tehnicile autoritare precum comenzile, certatul sau țipetele cu atît deveniți mai puțin eficienți. Dacă în mod normal folosiți rugămintea, utilizarea ocazională a comenzilor va fi eficientă.

3*. Ignorarea comportamentului disruptiv, deturnarea atenției*

De multe ori insistând asupra unui comportament care ne deranjează la copilul nostru nu facem decât să-l amplificăm.

Schimbîndu-i copilului atenția spre altceva, acel comportament va dispărea, poate copilul dumneavoastră suferea de lipsă de activitate.

4. *Modificarea comportamentală*

Aceasta presupune fie acordarea unei recompense atunci când copilul ne confirmă nişte aşteptări (o înghețată pentru că şi-a făcut temele singur) fie deprivarea lui de un element considerat de el pozitiv atunci când adoptă un comportament nedorit (nu mai are voie la calculator timp de două zile).
Cum altfel credeți că ați putea proceda în situația respectivă? Descrieți. (20-30 minute)

Încheierea şedinței: Rezumatul şedinței, împărtăşirea impresilor, tema pentru acasă

După un scurt rezumat al şedinței şi împărtăşirea impresiilor mamelor, moderatorul va cere fiecăruia să pună în practică pînă data viitoare soluțiile alternative la care s-a gîndit pentru disciplinarea copiilor lor şi să observe reacțiile acestora.

Referințe: ” *Cap.8 Disciplina şi limbajele iubirii din Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor”* pg.110-130 Gary Chapman, Ross Campbell

Analiza şedinței nr.10

Au participat 3 mame.

După formula introductivă a şedinței, participantele au trebuit să prezinte tema pentru acasă: limbajul de iubire al fiecăruia din copiii lor. Două din cele trei mame prezente au fost de părere că limbajele de iubire ale copiilor lor sunt în general contactul fizic, cuvintele şi darurile. S-a vorbit despre faptul că modul prin care simte un copil că e iubit se schimbă de-a lungul timpului pentru că şi nevoile sale evoluează şi în general nu există un singur limbaj prin care să ne arătăm iubirea ci fiecare copil preferă combinații în proporții mai mari sau mai mici în funcție de vârstă şi de nevoile lui din acel moment.

După partea introductivă s-a prezentat tema şedinței: disciplina şi iubirea.

Participantele au rememorat modul în care părinții lor obişnuiau să le disciplineze şi au vorbit despre cum le-au folosit sau nu mai tîrziu experiențele avute.

Răspunzînd întrebărilor coordonatorului, mamele prezente au vorbit despre modul cum folosesc disciplina în educarea copiilor lor oferindu-şi uneori una alteia sugestii în ceea ce priveşte modul de a reactiona într-o anumită situație. S-a pus problema dacă e bine sau nu să folosim bătaia, avînd în vedere că multe din mame au recunoscut că folosesc bătaia ca mijloc de disciplinare. B.A a

recunoscut că îşi bate fiica mai mare atunci când consideră că nu a avut grijă de frățiorul mai mic, dar nu o laudă atunci când face ceva bun.

Coordonatorul întîlnirii a vorbit despre importanța identificării cauzei comportamentului disruptiv. Înainte de a aplica o metodă disciplinară trebuie să ne întrebăm ce anume a cauzat acel comportament, altfel riscăm să tratăm efectul şi nu cauza. Suferă copilul meu de lipsă de atenție, este nefericit cumva etc?

După ce ne-am lămurit că nu lipsa de iubire determină acel comportament, putem apela la cîteva metode pentru educarea copiilor noştri şi anume: comunicarea adecvată, non agresivă, ignorarea comportamentului distructiv şi deturnarea atenției, modificarea comportamentală prin intermediul sancțiunilor şi recompenselor.

F.I a recunoscut că nu ştie cum să procedeze în cazul în care băiatul mai mare de 5 ani o bate în mod repetat pe sora mai mică de trei ani. În urma discuției avute cu moderatorul a reieşit că este mai mult decât gelozie fraterna ci o imitare a comportamentului violent al soțului iar o sugestie pentru ea a fost ca, pe cît posibil, să nu mai lase copiii să asiste la certurile şi violența dintre ei doi. B.L care a lipsit la cîteva sedinte, dar care a revenit spre finalul cursului, a cerut sprijinul afectiv al grupului în momentul dificil pe care-l traversa: soțul ei o înşela şi se întreba dacă să divorțeze sau

nu, avînd în vedere că avea doi copii mici, unul de trei ani şi unul de un an. Întreg grupul şi-a manifestat susținerea.

După un scurt rezumat al şedinței şi împărtăşirea impresiilor, moderatorul a cerut fiecăruia să pună în practică pînă data viitoare metode alternative de disciplinare a copiilor şi să observe reacțiile acestora. Participarea a fost redusă, poate şi datorită contextului (săptămîna de după sărbătoarea Paştelui) dar obiectivele şedinței au fost îndeplinite.

Şedința nr.11

Recapitulare. Premierea participantelor

Obiective generale:

- evaluarea şi autoevaluarea abilităților parentale ale participantelor la finalul cursului
- scurtă recapitulare a temelor anterioare
- recompensarea/premierea participantelor

Competențe specifice:

- formularea din partea participantelor a unor direcții de viitor în ceea ce priveşte relațiile cu copiii, familiale sau personale
- împărtăşirea impresiilor şi a experiențelor deosebite avute în cadrul grupului

Durata: 2 h

Activitatea introductivă; Scurtă recapitulare a şedinței *anterioare, tema pentru acasă*

După formula de început, coordonatorul grupului va întreba mamele dacă au avut ocazia să aplice metode alternative de disciplinare şi care a fost reacția copiilor lor.

Desfăşurarea propriu-zisă a şedinței. Recapitularea limbajelor de iubire, autoevaluarea calității de "bun părinte"

Folosindu-se de material didactic şi cu ajutorul mamelor coordonatorul întîlnirii va face o scurtă recapitulare a limbajelor de iubire.

După recapitulare coordonatorul va aminti participantelor de definiția “parintelui bun “ rezultată în şedința nr. 3 şi va cere mamelor să autoevaluze din nou pe o scară de la 1 la 5 în ceea ce priveşte calitațile unui “bun părinte”.

Încheierea şedinței; Împărtăşirea impresiilor şi experiențelor avute, gânduri de viitor, exercițiu de final, premierea participantelor

Mamele vor fi rugate să spună ce anume a însemnat pentru ele acest curs, cum s-au simțit, ce au învățat nou şi ce gînduri de viitor si-au formulat în ceea ce priveşte relația cu copiii, familială sau doar în plan strict personal.

Exercițiu final: Cu ochii închişi în stare de meditație (linişte) participantele vor rosti în gînd pe rînd următoarele: “Ma iert şi mă accept aşa cum sunt. Mă iubesc din toată inima.” Şi “Te iert pe ține____ şi te accept aşa cum eşti. Îți mulțumesc pentru binele făcut.”

Mamele prezente vor fi premiate pentru participarea lor si interesul manifestat pentru curs şi vor fi rugate să completeze chestionarele finale.

Analiza şedinței nr.11

Au participat 7 mame.

După formula introductivă a şedinței, participantele au trebuit să prezinte tema pentru acasă: modul cum au reacționat copiii la un mod alternativ de disciplinare.F.I a vorbit despre faptul că a început să-şi îmbrățişeze şi să-şi mîngîie băiatul şi fata separat atunci când celălalt copil doarme iar băiețelul nu şi-a mai bătut sora în ultima săptămînă.

După o scurtă recapitulare cu ajutorul mamelor a celor cinci limbaje de iubire, participantele şi-au reevaluat calitățile de bun părinte. Autoevaluările participantelor au fost următoarele: F.I (3 mediu) ; A.M (3 mediu), Z.I (4-bun); D.E (3-mediu) ;A.D (3-mediu) ;B.A (4-bun); B.L(4-bun)

Spre final mamele au fost rugate să spună ce anume a însemnat pentru ele acest curs, cum s-au simțit, ce au învățat nou şi cu ce gînduri de viitor pleacă în ceea ce priveşte relația cu copiii, familia sau doar strict personal.

Toate participantele au vorbit despre schimbările care au avut loc în viață lor în ultimul timp şi şi-au împărtăşit planurile de viitor manifestindu-şi dorința de a se mai reuni ca grup.

Răspunzînd solicitării coordonatorului, mamele prezente au participat la exercițiul de “*Iertare şi acceptare*” ca punct de început şi de sfîrşit a unei călătorii prin viața lor, călătorie pe care au parcurs-o de-a lungul şedințelor. Cîteva mame au afirmat că le vine greu să rostească cuvintele propuse de exercițiu, aceasta rămînînd ca viitoare “temă permanentă pentru acasa”.

La finalul şedinței participantele au fost felicitate şi premiate. Finalul a fost festiv, plăcut şi emoționant pentru toate participantele.

5. EVALUAREA FINALĂ

5.1. Evaluare finală. Instrumente aplicate

A cuprins: reaplicarea Scalei de Adaptabilitate şi Coeziune Familială, măsurarea de către observator la toate şedintele a abilităților de relaționare a participantelor prin cei 12 itemi ai grilei de observație (solidaritate, destindere, acord, sugestii date, opinii emise, orientări date, orientări cerute, sugestii cerute, dezacord, tensiune şi antagonism) precum şi autoevaluările calității de bun părinte.

Autoevaluarea calității de bun părinte a participantelor a avut la bază definiția formulată de grup în cadrul Şedinței nr.3:”*Un părinte bun este cel care-i asigură copilului siguranță afectivă (îl iubeşte, îl ocroteşte, îl încurajează), materială (îi asigură îndeplinirea nevoilor*

de bază materiale; hrană, îmbrăcăminte etc) şi libertate astfel încât copilul să poată face propriile alegeri."

În ceea ce priveşte autoevaluările participantelor privind calitățile lor de bun părinte, acestea au fost:

F.I (3 mediu) ; A.M (3 mediu), Z.I (4-bun); D.E (3-mediu);A.D (3-mediu) ;B.A (4-bun); B.L(4-bun)

În ceea ce priveşte evaluarea abilităților de relaționare a participantelor, pentru fiecare şedință s-a făcut o medie individuală a celor 12 itemi ai grilei (solidaritate, destindere, acord, sugestii date, opinii emise, orientări date, orientări cerute, sugestii cerute, dezacord, tensiune şi antagonism). S-a făcut o medie pe fiecare şedință la care a participat fiecare. Unii itemi au fost invers scorați (dezacord, tensiune, antagonism) Fiecare item avea o scală de evaluare de la 1 la 5 în care 1(f.slab) şi 5 (f.bine)

Rezultatele evaluărilor finale au fost; F.I (4.75), A.M (3.33), D.E (3.08), A.D (4.41), B.L(3.71), Z.I (3.08), B.A (3.91).

În ceea ce priveşte modificările gradului de adaptabilitate si coeziune în rîndul familiilor participantelor ca urmare a participarii mamelor la programul de educatie parentala, aplicarea scalei de Adaptabilitate şi Coeziune familială, inițială şi finală, a relevat urmatoarele:

În urma aplicării metodei statistice Paired Sample T Test coeziunea familială per grup a scăzut uşor de la 38.29 la 32.86

însă a scăzut nesemnificativ t(6)=1.630 p > 0.01 (Conform tabelului nr 1). Adaptabilitatea familială a crescut uşor de la 27.86 la 31.86, însă a crescut nesemnificativ t(6)=2.73 p>0.01. (Conform tabelului nr.2) (A se vedea ANEXA D)

Tabelul nr.1 Coeziune

Paired Sample Statistics	Medie	N	Deviație standard	Eroarea standard de deviație
Coeziune inițială	38.29	7	5.15	1.95
Coeziune finală	32.86	7	10.29	3.89

Tabelul nr.2 Adaptabilitate

Paired Sample Statistics	Medie	N	Deviație standard	Eroarea standard de deviație
Adaptabilitate inițială	27.86	7	5.46	2.06
Adaptabilitate finală	31.86	7	7.78	2.94

Măsurarea adaptabilitații şi coeziunii familiale inițiale şi finale prin aplicarea metodei statistice Paired Sample T Test. (Conform ANEXEI D)

6. REZULTATE. ANALIZĂ ŞI INTERPRETARE

6. 1 Rezultate statistice

În ceea ce priveşte evaluarea abilităților de relaționare a participantelor, distribuția rezultatelor pe structura test - retest a fost următoarea;

Inițial: *F.I (3.25) ; A.M (2.42); D.E (3.58) ; A.D (3.92) ; B.L (3.91); Z.I (2.42) ;B.A (3.58)*

Final: F.I (4.75), A.M (3.33) ;D.E (3.08); A.D (4.41); B.L(3.71) ; Z.I (3.08); B.A (3.91).

Cu o singură excepție, scorurile individuale au avut toate tendința de creştere. Mediile calculate pe fiecare şedință au urmat aceeaşi tendință generală de creştere.

Media grupului a crescut semnificativ de la 2.78 la 3.78. Abilitățile de relaționare s-au îmbunătățit semnificativ individual cît şi la nivelul grupului în urma celor 11 şedințe de grup.

În ceea ce priveşte autoevaluările participantelor privind calitățile lor de bun părinte, acestea au avut următoarea evoluție:

Inițial; F.I (2-slab); A.M (4 - bun) ;Z.I (3-mediu); D.E (4 - bun); A.D. (4 - bun) şi B.A (4-bun).
Final; F.I (3-mediu) ; A.M (3-mediu), Z.I (4-bun); D.E (3-mediu) ;A.D (3-mediu) ;B.A (4-bun); B.L(4-bun)

Tabelul nr.3 Abilitățile parentale

Paired Sample Statistics	Medie	N	Deviație standard	Eroarea standard de deviație
Abilități parent inițiale	3.50	6	0.84	0.34
Abilități parent finale	3.33	6	0.52	0.21

Măsurarea abilităților parentale inițiale şi finale prin aplicarea metodei statistice Paired Sample T Test
(Conform ANEXEI D)

Media per grup a scăzut dar nesemnificativ (T(5)=0.695 > 0.01). Scăderea s-ar putea explica prin faptul că unele mame nu erau conştiente inițial de greselile în educație pe care le făceau şi îşi supraevaluau calitățile de bun părinte, iar în urma cursului au conştientizat propriul comportament, obiectivându-şi autoevaluarea (a se vedea mai jos, descrierea rezultatelor pe fiecare caz).

Conştientizarea greşelilor şi evaluarea reală nu poate fi decât un cîştig pentru fiecare.

În ceea ce priveşte rezultatele obtinute în urma aplicării scalei de Adaptabilitate şi Coeziune familială, inițială şi finală, scăderea coeziunii familiale şi creşterea adaptabilității s-ar putea explica prin schimbările de percepție şi mentalitate ale mamelor participante, care au destabilizat uşor structura familială şi au crescut uşor în schimb adaptabilitatea familiei. Schimbarea comportamentului unui membru al familiei poate schimba structura sistemului familial în ansamblu.

6.2 Rezultate individuale

FI 39 de ani, mamă a trei copii, o fată în vârstă de 20 de ani provenită din prima sa căsătorie şi încă doi, un băiat de 4 ½ ani şi o fetiță de 3 ½. Al patrulea copil al ei decedase cu un an în urmă, la cîteva zile de la naştere.

A avut o participare bună (10 din cele 11 şedințe). A afirmat că în urma cursului şi-a îmbunătățit relația cu băiețelul mai mare de 5 ani, care se manifesta agresiv față de soră lui mai mică, de 3 ani. F.I a recunoscut că datorită lipsurilor finaciare şi certurilor violente cu soțul nu era disponibilă emoțional pentru copiii săi şi reacționa violent la cererile lor ceea ce nu făcea decât să acentueze comportamentul neadecvat al micuților.

Deşi nu poate stopa violența din familie, F.I a devenit mai conştientă de efectul comportamentului ei şi al soțului asupra copiilor săi. În cadrul şedințelor de grup a recunoscut că este alcoolică şi că pe toată perioada cursului (aproape 3 luni) nu a băut.

La finalul cursului a optat pentru 4 şedințe de consiliere individuală după care a fost îndrumată spre un grup de suport pentru alcoolici.

F.I şi-a îmbunătățit atât ablitatile de relaționare cât şi modul cum se percepe ca mamă. Înainte de finalizarea celor 4 şedințe de consiliere individuală s-a angajat, lucru pe care nu-l mai făcuse de peste 3 ani.

A.M, 19 ani, căsătorită, doi băieți (3 ½ ani şi 1 an şi ½). A participat la 7 din cele 11 şedințe ale grupului, ea fiind mezina grupului.

Cel mai important câştig după acest curs este, după cum afirmă, că a învățat să petreacă timp cu copiii şi să-i asculte atunci când acestiau vor să-i comunice ceva.

Având un caracter uşor impulsiv avea tendința de a reacționa exagerat, fără răbdarea necesară, a mărturisit că avea probleme cu fiul mai mare de 3 ani1/2 ani care era extrem de neastimparat şi pentru care nu avea niciodată suficient timp. A învățat că trebuie să acorde timp atît relației cu partenerul cît şi copilului mai mare, fără

să-l neglijeze pe cel mai mic. A.M şi-a îmbunătățit ablitatile de relaționare, iar acum se percepe mai critic ca mamă.

A.D, 34 de ani, divorțată, mamă a trei fețe de 3, 5 şi respectiv 7½ ani, a participat la 6 din cele 11 şedințe.

A.D este o persoană sociabilă şi comunicativă, fiind aproape de fiecare dată persoana care deschidea şirul confesiunilor, stimulîndu-le astfel şi pe celelate mame să se deschidă şi să-şi împărtăşească experiențele.

Principalul ei câştig al acestui curs a fost că a devenit mai conştientă de greşelile pe care le făcea în relația cu fiica mai mare de 7 ½ ani pe care o supraresponsabiliza. A.D a recunoscut că evita să o trateze pe fiica ei ca pe un copil (adică să o mîngîie, să o lase să se joace, să-i spună ca o iubeşte) responsabilizind-o şi considerând-o mai mult un partener în educarea celorlalte două fetițe mai mici. A admis că i-a fost greu să admită că greşeşte atâta timp cît ea însăşi se afla într-o situație dificilă şi se considera victimă şi să-şi schimbe comportamentul față de fiica ei.

D.E e mamă singură a unei fetițe de de 8 A½ ani şi a unui băiat de 5 ani. A participat la 9 din cele 11 şedințe ale grupului. Este orfană, a fost crescută într-un Centru de Ocrotire a minorilor şi nu cunoaşte nici un membru al familiei sale naturale. A recunoscut că nu avea o relație tocmai bună cu fetița ei pe care o considera răspunzătoare de tot ce se întîmpla rău în casă. În urma cursului a

afirmat că a învățat să-şi aprecieze fiica, să petreca mai mult timp cu ea şi să o ajute la lecții.

B.L, 26 de ani, căsătorita, mamă a doi copii, un băiat de 3 ani şi o fetiță de 1 an. B.L a participat la 4 din cele 11 şedințe.
Principala ei problemă era de fapt relația cu soțul. A cerut sprijinul grupului întrucât aflase ca soțul care nu o sprijinea deloc în educarea copiilor, o înşela. Principalul ei câştig al acestui curs a fost, după a afirmat, încrederea în sine şi suportul afectiv pe care l-a primit atunci când avea nevoie. A decis să nu divorțeze şi a ajuns la o înțelegere cu soțul.

Z.I, 26 de ani, necăsătorită, mamă a trei copii, un băiat de 7 ani şi două fetițe, în vârstă de 5 şi respectiv 3 ani, toți proveniți din relația cu actualul partener. Z.I, o persoană timidă, tăcută, modestă, calmă şi răbdătoare, a participat la 4 din cele 11 şedințe ale grupului. Principalul ei cîştig a fost, după cum afirma, că a învățat să se cunoască mai bine pe ea însăşi. Avînd o copilărie dificilă (mama ei s-a sinucis pe când ea avea 12 ani, ea trebuind să aibă grijă de toți frații mai mici şi de tatăl alcoolic, a învățat să nu ceară prea multe. În cadrul grupului a realizat că nu este cu nimic diferită de ceilalți, că are anumite calități care o fac o bună mamă şi că mai are de spus multe despre ea însăşi. Z.I şi-a îmbunătățit atît abilitățile realționale cît şi modul cum se percepe ca mamă.

B.A, 22 de ani, mamă singură a doi copii, o fetiță de 8 ani şi un băiețel de 5 ani proveniți din relații diferite. A participat la 3 din cele 11 şedințe.

Provenind dintr-o familie de etnie romă, B.A a avut co copilărie destul de dificilă marcată de neglijență, abuz fizic şi verbal. Principalul ei cîştig a fost, după cum afirma, că s-a simțit acceptată şi apreciată în grup. Relația ei cu ambii copii s-a îmbunătățit în ultimul an întrucât are unde locui şi cei care o înconjoară (asistenții sociali) sunt persoane care o acceptă şi o tratează nediscriminatoriu.

Dincolo de rezultatele pe care le-am înregistrat în cadrul acestui grup de consiliere şi educație parentală, întregul proiect a avut pentru mine o valoare curativă pe care am recunoscut-o şi în cadrul grupului ca parte activă a acestuia. Şedintele au fost însoțite de un jurnal personal în care îmi analizam evoluția personal şi profesional.

În cadrul fiecărei şedințe, am fost în acelaşi timp şi coordonator dar şi simplu membru al grupului, care îşi împărtăşeşte experiențele, ceea ce simte şi ceea ce gândeşte despre temele respective, dar dintr-o altă perspectivă. De fiecare dată am vorbit din perspectiva copilului, nu din cea a părintelui şi fiecare temă a şedinței a fost pentru mine un prilej de a le spune părinților mei prin intermediul altor părinți “aşa mi-aş fi dorit să îmi arătați că mă

iubiți". Fiecare şedință din cele trei grupuri coordonate a fost pentru mine un prilej de a mă elibera, de a ierta şi de a mă detaşa. Le mulțumesc celor alături de care am avut ocazia să o fac.

7. CONCLUZII

Acest proiect a urmărit să ofere informații despre modalități alternative de educație a copiilor; să dezvolte abilitățile parentale, să stimuleze dezvoltarea personală şi îmbunătățească abilitățile de relaționare pozitivă ale participantelor prin creearea unei rețele de sprijin.

Pentru aceasta, o regulă a desfăşurării şedințelor a fost să se asigure participanților din partea coordonatorului o relație congruentă şi integrată, o atenție pozitivă, acceptarea necondiționată a experiențelor clienților. S-a urmărit în mod continuu asigurarea unui climat de grup deschis şi pozitiv, favorabil împărtăşirii experiențelor personale.

Tehnicile folosite în cadrul şedințelor de către coordonator au fost cele specifice consilierii umaniste non directive: clarificarea sentimentelor, acceptarea necondiționată, reformularea mesajului clientului etc dar şi cîteva specifice orientărilor experiențiale: jocul de rol, desenul, mişcarea corporală etc.

Dacă următoarele două şedințe după cea introductivă (de auto şi intercunoastere) au avut valoare preponderent diagnostică,

conținutul şedințelor următoare (de la şedința 4 la 10) a cuprins în mare parte ideile prezentate de Dr.Gary Chapman şi Dr.Ross Cambell în manualul lor; “*Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor* “ (Ed.Curtea veche, Bucureşti, 2001).

Aşteptările mele în ceea ce priveşte urmările programului vizau îmbunătățirea abilităților de relaționare şi a abilităților parentale reflectată în special prin creşterea coeziunii şi adaptabilității familiale şi prin autoevaluările participantelor cu privire la calitățile de bun parinte.

Dacă în ceea ce priveşte abilitățile de relaționare s-au îmbunătățit atît per ansamblu la nivelul grupului cît şi individual, îmbunătățirea abilităților parentale a fost mai greu de pus în evidență.

Autoevaluările au sugerat dimpotrivă o scădere la nivel individual a acestora (scădere nesemnificativă la nivelul grupului) ceea ce s-ar putea explica printr-o creştere a gradului de conştientizare şi o obiectivare a autoperceptiei cu privire la calitățile de bun părinte ale mamelor participante.

În ceea ce priveşte fenomenele măsurate la nivelul coeziunii şi adaptabilității familiale acestea s-ar explica prin schimbările de percepție şi mentalitate ale mamelor participante care au destabilizat uşor structura familială şi au crescut uşor în schimb adaptabilitatea familiei. Schimbarea comportamentului unui

membru al familiei poate schimba structura sistemului familial în ansamblu.

În ceea ce priveşte limitele acestui program acestea au constat în primul rînd cred, în modalităţile de evaluare.

Autoevaluările participantelor trebuiau să se facă poate nu global pornind de la o definiţie formulată de ele ci individual pe aspecte ceea ce ar fi adus mai mult obiectivism şi rigurozitate.

Scala de adaptabilitate şi coeziune familială este un instrument care nu diferenţiază între diferitele tipuri de familii. În plus nu există o legătură foarte clară între îmbunătăţirea abilităţilor parentale şi nivelul de coeziune şi adaptabilitate familială.

Ca şi conţinut, cursul de educaţie parentală a pus accent pe conştientizare şi informare. Forma de desfaşurare a cursului ca program de consiliere de grup, respectiv grup de suport, a pus accent pe dezvoltarea abilitaţilor de relaţionare şi pe oferirea de sprijin afectiv participantelor.

În ce măsură schimbările observate de-a lungul celor aproape trei luni sunt efective şi de durată, rămâne de văzut.

Bibliografie

1. Andreas Steve, Faulkner Charles NLP şi succesul, Editura Curtea veche Bucureşti 2006

2. Brumă Viorica, Prevenirea violenței intrafamiliale prin programe de educație parentală, Şcoală de vară Holt în asistentă socială Iaşi 2003

3. Corcoran Kevin, Fischer Joel, Measures for Clinical Practice, a sourcebook Coller Macmillan Publishers London 1994

4. Chapman Gary, Campbell Ross, Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor, Editura Curtea veche Bucureşti 2001

5. Dafinoiu Ion, Elemente de psihoterapie integrativă, Editura Polirom Iaşi 2001

6. Dafinoiu Ion, Hipnoză clinică Editura Polirom Iaşi 2003

7. Johnson W.David, Johnson P.Frank Joining togheter Group theory and group skills Editura Allyn and Bacon London 1994

8. Lungu Ovidiu, Ghid introductiv pentru SPSS 10.0, Seria Psihologie experimentală şi aplicată Iaşi 2001

9. Miftode Vasile Populații vulnerabile şi fenomene de automarginalizare - strategii de intervenție şi efecte perverse, Editura Lumen 2002

10. Mitrofan Iolanda, Ciupercă Cristian, Incusrsiune în psihosociologia şi psihosexologia familiei, Editura Press Mihaela SRL Bucureşti 1998

11. Mitrofan Iolanda, Vasile Diana Terapii de familie Editura SPER București 2001

Resurse web:

www.adevarul.ro

www.violentainfamilie.blogspot.com

www.politiaromana.ro/violenta_in_familie.htm

ANEXA A

CHESTIONAR

GRUP DE SUPORT

Vă rugăm să răspundeți la acest chestionar. Răspunsurile d-voastră ne vor ajuta în organizarea grupului de suport pentru părinți. Confidențialitatea datelor este păstrată, datele obținute fiind folosite doar cu scop statistic.

1. Ați mai participat la întâlniri de grup? : ____

2. Dacă da, unde şi când? Pe ce teme? ____

3.Ați simțit o diferență în viață d-voastră prin participarea la astfel de întîlniri ?dacă da, cum ? În ce fel ? ____

4. Ce aşteptări aveți de la aceste întâlniri de grup? ____

5. Vă rog să notați pe o scară de la 1 la 5 cît de importanți sunt pentru d-voastră următorii factori ca să vă simțiți bine într-un astfel de grup

1-foarte important ;2-important ;3-indiferent ; 4- puțin important ;5-neimportant

Posibilitatea de a vorbi mai mult despre propriile probleme ;

Să ascult mai mult ;

Să-mi cunosc şi să mă înțeleg cu colegele de grup ;

Relevanța informațiilor , cît de mult îmi foloseşte ce se discută la grup

Altceva (numiți) ________________________________

6 Cîți copii cu următoarele vîrste aveți

0 – 1 ani ________

1 - 3 ani ________
3 – 6 ani ________
6- 12 ani ________
12-18 ani ________
> 18 ani ________

7. Care considerați că este cea mai importantă problemă din viața familiei dumneavoastră în acest moment?

8. Ați dori să ajutați la organizarea unor astfel de întîlniri ?
Dacă da, numiți modul în care puteți contribui (bifați varianta/variantele alese) :
a. Oferind din timpul meu pentru a ajuta la organizarea intilnirilor ;
b. Donind o mică sumă de bani pentru cumpărarea unor răcoritoare, mici gustări etc.
c. Vorbind altor oameni despre acest gen de întîlniri şi incurajindu-I să participe
d. Altfel (descrieți)
____
9. Dacă aveți sugestii pentru intilnirile de grup :
a. În ceea ce priveşte temele pe care le doriți abordate :
____
b. În ceea ce priveşte alte activități care ați dori să fie organizate în cadrul intilnirilor sau în afara lor :

____

10. În momentul de față cunoaşteți serviciile oferite de BAS Caritas? Despre ce alte servicii ați dori să aflați informații ?
____

Nume :

Vârstă: Ocupația:
Studii: Religia:
Nr. copii: Starea civilă:
Venit :

ANEXA B 1 Fişă de evaluare a abilitatilor de relationare a participanților la grup

Observator:

Nr.	Numele şi prenumele	Soli-daritat e	Destindere	Acord	Suges tii date	Opinii emise	Orientări date	Orientări cerute	Opin ii ceru te	Sugestii cerute	Deza-cord	Tensiu ne	Antagonism
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													

Punctaj:1(f. slab),2(slab),3(mediu),4(bine), 5(f. bine)

Data: Semnătura:

ANEXA B 2

Fişă de lucru pentru observatorul grupului de suport

Itemii care trebuie urmăriți de către observatorul întâlnirilor de grup

Nr. crt.	*Denumire item*	*Descrierea itemului*
1.	Solidaritate	Oamenii fac dovada că se încurajează
2.	Destindere	Caută să diminueze tensiunea, glumesc
3.	Acord	Îşi dau acordul, acceptă, se înțeleg
4.	Sugestii date	Fac sugestii dar îi respectă pe ceilalți
5.	Opinii emise	Îşi exprimă dorințele, sentimentele
6.	Orientări date	Se informează, repetă, clarifică
7.	Orientări cerute	Cer informații, repetă, confirmă
8.	Opinii cerute	Evaluează, analizează
9.	Sugestii cerute	Privind mijloace de acțiune
10.	Dezacord	Resping, refuză ajutorul
11.	Tensiune	Se manifestă tensionat, se retrag, refuză dialogul
12.	Antagonism	Se opun, îi deranjează pe ceilalți, se laudă

Se acordă punctaj de la 1 (cel mai mic) – 5 (cel mai mare) pentru fiecare persoană din grupul de suport.

ANEXA C

Scala de evaluare a adaptabilității şi coeziunii familiei (FACES-III)

Autor: David H.Olson, Joyce Portner, Yoav Lavee

Vă rugăm să descrieți familia d-voastră folosind următoarele răspunsuri :

1. Aproape niciodată
2. Rar
3. Uneori
4. Frecvent
5. Aproape întotdeauna

Descrie familia ta aşa cum este acum :

1. Membrii familei îşi cer unul altuia ajutorul
2. In rezolvarea problemelor sunt urmate şi sugestiile venite din partea copiilor.
3. Suntem de acord cu prietenii fiecărui membru al familiei ;
4. Copiii au un cuvînt de spus în ceea ce priveşte disciplina lor.
5. Ne place să facem lucruri împreună doar cu familia.
6. În familia noastră persoane diferite au rol de conducător/lider.
7. Membrii familiei se simt mai apropiați între ei decît față de alte persoane din afara familiei.
8. Modul în care se îndeplinesc sarcinile se mai schimbă în familia noastră.
9. Noua ne place să petrecem timpul liber împreună.

10. Părinții şi copiii discută pedepsele ce le trebuie aplicate.
11. Ne simțim foarte apropiați unii de alții.
12. Copiii iau deciziile în familia noastră.
13. Cînd ne adunăm pentru diferite activități, toată lumea este prezentă, nimeni nu lipseşte.
14. In familia noastră regulile se mai schimbă.
15. Avem multe lucruri pe care le facem împreună ca familie.
16. Responsabilitățile casei mai sunt schimbate între noi.
17. Membrii familei se consultă cu ceilalți în luarea unor decizii personale.
18. E greu să-ți dai seama cine este liderul/şeful în familia noastră.
19. Solidaritatea familială este foarte importantă pentru noi.
20. E greu de spus ce sarcină are fiecare în casă.

Vă mulțumesc.

ANEXA D

Măsurarea coeziunii familiale inițiale şi finale prin aplicarea metodei statistice Paired Sample T Test.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	coeziuneinitiala	38,29	7	5,15	1,95
Pair 1	coeziuneinitiala	38,29	7	5,15	1,95
	coeziunefinala	32,86	7	10,29	3,89

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	coeziuneinitiala & coeziunefinala	7	,516	,235
Pair 1	coeziuneinitiala & coeziunefinala	7	,516	,235

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	coeziune initiala – coeziune finala	5,43	8,81	3,33	-2,72	13,58	1,630	6	,154

Măsurarea adaptabilitații familiale inițiale şi finale prin aplicarea metodei statistice Paired Sample T Test.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	adaptabilitateinitiala	27,86	7	5,46	2,06
	adaptabilitatefinala	31,86	7	7,78	2,94

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	adaptabilitateinitiala & adaptabilitatefinala	7	,890	,007

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	adaptabilitateinitiala - adaptabilitatefinala	-4,00	3,83	1,45	-7,54	-,46	-2,763	6	,033

Măsurarea abilităților parentale inițiale şi finale prin aplicarea metodei statistice Paired Sample T Test.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	abilitati parent initiale	3,50	6	,84	,34
	abilitati parent finale	3,33	6	,52	,21

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	abilitati parent initiale & abilitati parent finale	6	,000	1,000

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
		,17	,98	,40	-,87	1,20	,415	5	,695